

॥ सूची ॥

विषय	प्रथमोऽध्यायः	पृष्ठ
देवसन्ध्याकालः		४
सन्ध्यामुख्यकालनिर्णयः		७
त्रिकालसन्ध्यास्वरूपवर्णनम्		६
सन्ध्यास्थाननिर्णयः		१३
सन्ध्यादिग्विचारः		१४
सन्ध्याकर्माकरणेदोषः		१५
सन्ध्याफलम्		१८
सन्ध्योपयोगिजलपात्राणि		२०
प्रातःकालिक कर्म		२१
उत्थानकालेस्वकरतलाद्यवलोकनम्		२३
ग्रहस्तुतिः		२४
पुण्यश्लोकजनस्तुतिः		२५
प्रातःकाले दर्शनीयपदार्थाः		२८
प्रातःकाले दर्शनायोग्याःपदार्थाः		॥
विष्णुमूर्त्रोत्सर्गविधिः		२६
शौचे उपवीतधारणविधिः		३०
„ जलपात्रग्रहणम्		३१
„ दिग्विचारः		३१
„ मृत्तिकाप्रमाणम्		३२
दन्तधावनविधिः		३४

विषय	पृष्ठ
दन्तधावने वनस्पतिप्रार्थना	३५
उक्तकाष्ठानि	३६
घर्ज्यदन्तधावनकाष्ठानि	३७
दन्तधावने दिग्विशेषः	३८
गृहस्नानविधिः	४०

द्वितीयोऽध्यायः

सन्ध्याकर्मप्रारंभः	४५
सन्ध्याङ्गक्रियानुक्रमः	४७
यजुर्वेदोपमाध्यन्दिनशास्त्रेयविधिः	४९
भासनम्	"
धिनियोगसिद्धांतः	५५
भूप्रार्थना	५७
भूतशुद्धिः	५८
भस्मधारणम्	५९
भस्ममर्दनमंत्रः	६१
भस्माभिमंत्रणमंत्राः	६१
भस्मधारणमंत्रः	६३
शिलावन्धनम्	६४
शिलावन्धनमंत्रः	६६
मालाधारणम्	६६
मालाधारणमंत्रः	६८

विषय	पृष्ठ
आचमनम्	६८
आचमनमंत्राः	७१
प्राणायामः	७३
प्राणायाम से लाभ	७४
प्राणायाम के अङ्गों का वर्णन	७७
पूरकः	७८
कुम्भकः	८०
रेचकः	८१
प्राणायामविधिः	८२
प्राणायाममंत्रः	८३
प्राणायामक्रियाप्रदर्शनम्	८८
पवित्रधारणम्	९०
पवित्रधारणमंत्रः	९३
हृदेयादिपवित्रकरणमन्त्रः	९४
सन्ध्यामंकल्पः	९५
सन्ध्यामन्त्रः	९६
मार्जनम्	९८
मार्जनमन्त्राः	१००
अम्बुप्राशनम् (प्रातःआचमनम्)	१०१
जलाविप्रहणम्	१०४

विषय	पृष्ठ
अघमर्पणम्	१०५
जुम्बकानाम्नी गायत्री	१०६
अघमर्पणमन्त्राः	१०७
अर्घ्यदानम्	१०६
सूर्योपस्थानम्	११३
सूर्यप्रदक्षिणा	११५
चतुर्विंशतिमुद्रा	११७
गायत्रीषडङ्गन्यासाः	१२३
गायत्र्यावाहनम्	१२७
गायत्र्युपस्थानम्	१२८
गायत्र्यारूपम्, ध्यानम्, प्रार्थना	१२६
गायत्रीशापविमोचनम्	१३०
गायत्र्यस्त्रोपाहरणम्	१३३
गायत्रीजपः	१३५
गायत्रीमंत्रः	लाले पत्र पृष्ठ २५
अष्टमुद्राप्रदर्शनम्	१४१
जपनिवेदनम्	१४३
जपार्पणम्	१४४
सूर्यादिदिग्देवतानां नमस्काराः	१४५
प्रार्थना	१४६

विषय	पृष्ठ
सन्ध्या विसर्जनम्	१४६
गोत्रप्रचरोच्चारणम्	१४७
अभिवादनम्	१४८
अभिवादनमंताः	१४९
पुनर्द्विं रात्र्यननम्	१५१
इश्वरस्तुतिः	..
शिक्षामुक्तिः	१५२
शिक्षाग्रन्थनम्	..
सन्ध्याङ्गुगायत्रीतर्पणम्	१५३
सन्ध्याभूमृत्तिकावन्दनम्	१५४
माध्यन्दिनाय मध्याह्नसन्ध्या	१५५
माध्यन्दिनीयसायंसन्ध्या	१५७
शु० य० कृष्णवशाश्रीयसन्ध्याविधिः	१६०
कृ० य० तैत्तिरीयसन्ध्याविधिः	१६२
कृ० य० हिरण्यकेशोयसन्ध्याविधिः	१७१
प्रसवेदीयसन्ध्याविधिः	१७८
सामवेदीय सन्ध्याविधिः	१८४
अथर्ववेदीय सन्ध्याविधिः	१८७
संक्षिप्तसन्ध्याविधिः	२०२

ॐ

विदित होवे कि इस बृह-
त्सन्ध्या में जितने वैदिक मन्त्र हैं उन
के अर्थ श्री ५ स्वामिहंसस्वरूपकृत
'मन्त्रप्रभाकर' नामक ग्रन्थ में दिये
गये हैं ।

इस पुस्तक में जहां २ अशुद्धियां
हैं पाठक गण उनको "शुद्धाशुद्धपत्र"
में देखलेवेंगे ।



ॐ नमो विश्वम्भराय जगदीश्वरायै

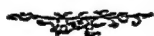
श्रीस्वामिहंसस्वरूप

कृत

त्रिकुटी विलास ।

VOL. I.	}	{	भाग १
Chapter I.			अध्याय १

ॐ पूर्णपरब्रह्मणे नमः



ॐ शन्नो मित्रः शंवरुणाः शन्नो भवत्वर्यु-
मा । शन्न इन्द्रो बृहस्पतिः शन्नो विष्णुं रुद्र-
क्रमः ॥ शन्नो वातः पद्मता १० शन्नस्तपतुसूर्यः ।
शन्नः कर्णिक्रदद्देवः पर्जन्योऽब्रुभिर्वर्षतु ॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ।

शुक्ल यजुः अध्याय ३६ मंत्र ६, १० ।

त्वरितनिहतकंसं योगिहृद्याब्जहंसं यदुकुमुदसु-
चन्द्रं रक्षणे त्यक्ततन्द्रम् । श्रुतिजलनिधिसारं निर्गुणं
निर्विकारं हृदय भज मुकुन्दं नित्यमानन्दकन्दम् ॥ १ ॥

अथ सन्ध्या ।

प्रथम सन्ध्या शब्द का अर्थ यह है कि
“सम्यग्ध्यायन्ति सम्यग्ध्यायते वा परब्रह्म यस्यां
सा सन्ध्या,” अर्थात् अच्छे प्रकार से ध्यान करते हैं
वा ध्यान किया जावे परमेश्वर का जिसमें वह सन्ध्या
है, फिर रात और दिन के संयोग अर्थात् सन्धि को
भी, जो प्रातः काल सूर्योदय और सायंकाल तारादर्शन
से पूर्व होती है, सन्ध्या कहते हैं इस कारण दोनों
सन्ध्याओं में सब मनुष्यों को विशेष कर ब्राह्मणों को
तो सन्ध्या करनी गति आवश्यक है ।

प्रश्नाण—अहोरात्रस्य यः सन्धिः सूर्यनक्षत्र
वर्जितः । सातु सन्ध्या समाख्याता मुनिभिस्त
त्त्वदर्शिभिः ॥ नागदेवः ।

तस्माद्ब्राह्मणोऽहोरात्रस्य योगे सन्ध्या
मुपासीत । पञ्चविंश ब्राह्मण प्रपाठक ४ खंड ५

सन्ध्या विधिः

३

(साङ्ख्यायनगृह्ये)

अरण्ये समित्पाणिः सन्ध्यामुपास्ते
नित्यं वाग्यतः उत्तरपराभिमुखोन्वष्टुम
दिशमानक्षत्रदर्शनात् । अतिक्रान्ता-
यां महाव्याहृतीः स्वस्त्ययनान्यपि-
जप्त्वा एवम् प्रातः प्राङ्मुखस्तिष्ठन्नाम-
ण्डलदर्शनात् ॥

टी०—वन में कुशा हाथ में लियेहुए चुप मौन
साधन कियेहुए नित्य उत्तरपश्चिम कोन अर्थात् वायु-
कोन की ओर मुख कर * तारादर्शन तक 'सायं
सन्ध्या' करे, यदि सन्ध्या का समय बीतगयाहो तौभी
केवल महाव्याहृति, गायत्री, तथा स्वस्तिवाचन मंत्रों
को जप कर संतोरासन करले और इसी प्रकारप्रातः
काल पूर्वउत्तर (ईशान कोन) अथवा केवल पूर्व दिशा
वैठकर सूर्योदय पर्यन्त सन्ध्योपासन करे, उक्त प्रमाण
से 'मध्याह्नसन्ध्या' का निरूपण नहीं हुआ इस कारण
नीचे लिखे 'आश्वलायन गृह्यसूत्र' से मध्याह्नसन्ध्या
भी निरूपण कीजाती है ।

* कब से तारा दर्शन और सूर्योदय तक सायं औ प्रातः
सन्ध्या करे आगे वरान कियागया है ।

(आश्वलायनगृह्यपरिशिष्टे)

अथ सन्ध्यामुपासीतेत्याचार्यो या-
वदहोरात्रयोः सन्धी यश्च पूर्वाह्णापरा-
ह्णयोस्तत्कालभवा देवता सन्ध्या तामु-
पासीत ॥

टीका—जितने काल तक दिन रात की सन्धि
अथवा पूर्वाह्न और अपराह्न की सन्धि अर्थात् मध्याह्न
काल होता है उतने काल की सन्ध्या देवसन्ध्या
कहलाती है, इसलिये इन सन्धियों के समय सब देव
सन्ध्या करने की चेष्टा करे।

सज्योतिष्याज्योतिषो दर्शनात्सो-
रथाः कालः सा सन्ध्या तत्सन्ध्यायाः
सन्ध्यात्वम् ।

पठ० ब्रा० प्रपा० ४ खंड ५

टीका—प्रातःकाल की सन्ध्या का ठीक समय
ज्योतिर्दर्शन अर्थात् सूर्योदय से पहिले और सायंफाळ
की सन्ध्या का ठीक समय अप्रकाशदर्शन अर्थात्
सूर्यास्त से पहले ही से है, इसी को सन्ध्याकाल

जानना और इनहीं कालों में जो सन्ध्योपासन की क्रिया कीजाती है वही सन्ध्या है ।

॥ देवसन्ध्याकालः ॥

अग्निस्मृतौ—सन्ध्याकालः प्रागुदयाद्वि
प्रस्य द्विमुहूर्तकः । क्षत्रियस्य तदर्धं स्यात्तदर्धं
स्याद्विशोऽप्युत ॥

टीका—सूर्योदय और तारादर्शन से पहिले
ब्राह्मणों के लिये दो मुहूर्त, क्षत्रियों के लिये एक मुहूर्त
और वैश्यों के लिये आधा मुहूर्त, सन्ध्या का समय है ।

संवर्त्तः—प्रातःसन्ध्यां सनक्षत्रामुपासीत
यथाविधि । सादित्यां पश्चिमांसन्ध्यामर्द्धास्त
मितभास्कराम् ॥ १ ॥ मार्कण्डेयपुराणे—
पूर्वा सन्ध्यां सनक्षत्रां पश्चिमांसदिवाकराम् ।
उपासीतयथान्यायं नैनांजह्यात्कदाचन ॥ २ ॥

टीका—फिर संवर्त्त का बचन है कि नक्षत्रों के
सहित प्रातः सन्ध्या और आधा सूर्य के सहित सायं
सन्ध्या की उपासना करनी चाहिये ॥ १ ॥ फिर
मार्कण्डेय ने भी लिखा है कि पूर्वासन्ध्या नक्षत्रों के

सहित और पश्चिमा सूर्य के सहित यथाविधि आरंभ करनी चाहिये । यह उपासना कभी न छोड़े ॥ २ ॥

हारीतः—पूर्वा सन्ध्यां सनत्तन्नामुपासीत यथा विधि । गायत्री मभ्यसेत्तावद्यावदादित्य दर्शनात् ॥ १ ॥ उपास्य पश्चिमां सन्ध्यं स सूर्या च यथाविधि । गायत्री मभ्यसेत्तावद्यावत्तारा न पश्यति ॥ २ ॥ याज्ञवल्क्यः—जपन्नासीत सावित्रीम्प्रत्यगा तारकोदयात् । सन्ध्यां प्राक्प्रालरेवं हि तिष्ठेदासूर्यदर्शनात् ॥ ३ ॥

टिप्पा—पूर्वा अर्थात् प्रातःसन्ध्या तारा रहते आरंभ करके सूर्योदय तक गायत्री जपता रहे ॥ १ ॥ और इसी प्रकार पश्चिमा अर्थात् सायंसन्ध्या सूर्य रहते आरंभ करके तारा दर्शन तक गायत्री जपता रहे ॥ २ ॥ योगी याज्ञवल्क्य भी कहते हैं कि सायं सन्ध्या में गायत्री जपता हुआ तारा दर्शनतक और प्रातःसन्ध्या में जपता हुआ सूर्यदर्शन तक ठहरे ३ ।

एजम् प्रकार ऊपर लिखे प्रमाणों से स्पष्ट होता है कि दो घड़ी रात्री से सूर्योदय तक प्रातःकाल की सन्ध्या और आधा सूर्य अस्त होगये हों तब से

तारा उदय होने तक सायंकाल की सन्ध्या का उत्तम समय है और इसी कारण इन्हे समय की सन्ध्या को देवसन्ध्या कहते हैं।

सन्ध्या मुख्यकाल निर्णय ।

अब जानना चाहिये कि काल मेद से उत्तमा, मध्यमा, और कनिष्ठा तीन प्रकार की सन्ध्या है।

धर्मसारे—उत्तमा तारकोपेता मध्यमा लुप्त तारका । अथमा सूर्यसहिता प्रातःसन्ध्यय त्रिधास्थिता ॥ १ ॥ उत्तमा सूर्यसहिता मध्यमा लुप्तभास्करा । कनिष्ठा तारकोपेता सायंस सन्ध्या त्रिधास्थिता ॥ २ ॥

टीका—अर्थात् प्रातःकाल में तारा दर्शन होते आरंभ हो वह 'उत्तमा,' जो तारा लुप्त होजाने पर आरंभ हो वह 'मध्यमा,' और जो सूर्योदय के पश्चात् आरंभ हो वह 'कनिष्ठा' है ॥ १ ॥ ऐसे सायं काल जो सूर्य रहते आरंभ हो वह 'उत्तमा,' जो सूर्य अस्त होने पर आरंभ हो वह 'मध्यमा,' और जो तारा उदय होजाने पर आरंभ हो वह 'कनिष्ठा' है ॥ २ ॥

प्रमाण मण्डनः—मुख्यकाले यदाञ्चश्यं कर्म कर्तुं न शक्यते । गौणकालेपि कर्तव्यं गौणोप्यत्रेदृशोभवेत् ॥ १ ॥ उदयास्तमयादूर्ध्वं यावत्स्याद्घटिकात्रयम् । तावत् सन्ध्या मुपासीत प्रायश्चित्तमतः परम् ॥ २ ॥

टीका—अर्थात् मुख्यकाल में जो सन्ध्या न करसकता हो तो गौणकाल में अवश्य करे ॥ १ ॥ उदय से और अस्त से उपरांत केवल तीन घड़ी तक सन्ध्या करने का गौण समय है, इस से अधिक काल धीतजाने पर सन्ध्या करने से प्रायश्चित्त होता है। २।

प्रातः और सायं सन्ध्या का निर्णय ऊपर भली भाँति हो चुका, अब मध्याह्नसन्ध्या का समय स्पष्ट है इस में प्रमाण की कोई आवश्यकता नहीं है, दिन का पांच भाग करके जो मध्य भाग हो उस में मध्याह्न सन्ध्या करनी चाहिये ।

अब तीनों काल की सन्ध्या के नाम
और स्वरूप वर्णन किये जाते हैं ।

‘प्रातः सन्ध्यास्वरूपवर्णनम्.’ वृह-
त्पाराशरः—वृषसन्ध्या तु गायत्री ब्राह्मणी
हंसवाहना । रक्तपद्माङ्गा देवी रक्तपद्मा-
सनस्थिता ॥ १ ॥ रक्ताभरणाभासाङ्गा रक्त
माल्याम्बरा तथा । अक्षमाला ध्रुवाधारा चारु-
हस्ताम्बरार्चिता ॥ २ ॥ प्रागादित्योदयाद्विद्या-
न्मुहूर्ते वैधसे सति । उत्थायोपासयेत्सन्ध्यां
यावत्स्यादर्कदर्शनम् ॥ ३ ॥ विश्वमातः सुरा-
भ्यर्च्ये पुराये गायत्रि वैधसि । आवाहयाम्युपा-
स्त्यर्थे एतानोऽस्ति पुनीहि माम् ॥ ४ ॥

‘मध्याह्नसन्ध्यास्वरूपवर्णनम्-’

वृहत्पाराशरः—सन्ध्या माध्याह्निकी श्वेता सा-
वित्री रुद्रदेवता । वृषेन्द्रवाहना देवी वालात्रि-
शिखधारिणी ॥ १ ॥ श्वेताम्बरधरा श्वेता नाना
भरणा भूषिता । श्वेतस्रगक्षमालापि कृतानुरक्त
शङ्करा ॥ २ ॥ जलाधारा धरा धात्री धरेन्द्राङ्ग

भयाभवा । स्वभाविधातभूराद्या तुरौघदुतपद्म-
या ॥ ३ ॥ मातर्यत्रानि विश्वेशि विश्वविश्वजना-
र्चिते । शुभे वरे वरेख्येहि आहूते हि पुनीहि
माम् ॥ ४ ॥

‘सायंसन्ध्यास्वरूपवर्णनम्.’ बृह-
त्पाराशरः—सन्ध्या सायन्तनी कृष्णा विष्णु
देवा सरस्वती । स्वर्गा कृष्णवस्त्रा तु शङ्खचक्र
गदाधरा ॥ १ ॥ कृष्णभूषणैर्युक्ता सर्वज्ञान-
मया वरा । सर्ववाग्देवता सर्वा ब्राह्म्यादिव
जसि स्थिता ॥ २ ॥ वीणाक्षमालिका चारुहस्ता
स्मितवरा नना । चतुर्दशजनाभ्यर्च्य कल्याणी
शुभकृत् सदा ॥ ३ ॥ मातर्वाग्देवते देवि व-
रेख्ये च वरमदे । सर्वमखण्डास्तुत्ये आहूते हि
पुनीहि माम् ॥ ४ ॥

॥ भाषा टीका ॥

प्रातःसन्ध्या स्वरूप—प्रातःकाल की सन्ध्या
की मूर्ति कैसी है कि, गायत्री नाम से प्रलिख है और
ब्राह्मणी अर्थात् ब्रह्मा की शक्ति है, हस्त के ऊपर आरुढ़
है, लाल कमल के समान रक्तवर्ण औ लालही वर्ण

पद्म के ऊपर आसन किये स्थित हैं ॥ १ ॥ और लाल ही वर्ण के आभूषणों से जिसके अंग चमकरहे हैं, लालही वर्ण की माला, वस्त्र और अक्षमाला धारण किये हुए हैं अथवा (अक्षमाला ध्रुवा धारा) जिस प्रकार अक्षमाला जो सप्तऋषि तिनका आधार ध्रुव है उसी प्रकार अक्षमाला जो वर्णमाला जिसके मध्य में यह स्वयं ध्रुव है, अर्थात् सर्व विद्याओं की आधार है, सुन्दर हस्तवाली है और देवों करके जो प्रार्थना की जाता है, अर्थात् पूजित है ॥ २ ॥ इस प्रकार ध्यान करते हुए विद्वान् सूर्योदय से पहिले ग्राह्य मुहूर्त में उठकर सूर्योदय तक सम्पन्ना को उपासना करे और एवं प्रकार प्रार्थना करे कि ॥ ३ ॥ हे विश्वमातः देवताओं करके पूजिता, पूण्य की मूर्ति, गायत्री, ग्राह्याणि, मैं आप का उपासना के लिये आता हूँ. आप यहां आकर मेरे को पापों से दक्षिण कीजिये ॥ ४ ॥

मध्यह्नसन्ध्या स्वरूप—मध्याह्नकाल को सन्ध्या सावित्री नाम से प्रसिद्ध है और रुद्राणी अर्थात् रुद्र की शक्ति है, वयम (वैल) के ऊपर आरुढ़ है और मस्तक पर तीन शिखा वाले छोटे मुकुटकी अथवा हाथ में छोटी त्रिशूल को धारण किये हैं ॥ १ ॥

श्वेतवस्त्र नाना प्रकार के श्वेत आभरण और श्वेतही रंग की माला अक्षमाला * के साथ धारण किये शंकर को प्रीतियुक्त करनेवाली है ॥ २ ॥ जल से पृथिवी को माता के समान पोषण करने वाली, पर्वत से उत्पन्न शिव को परमशक्ति, अपनी प्रभा से भूलोक, भूवलोक, स्वर्लोक, इत्यादि को शोभायमान करनेवाली, देवताओं से सेवायुक्त दोवार उत्पन्न होकर शिव संग दोधार व्याही जानेवाली है ॥ ३ ॥ हे भवानी! हे विश्व की उत्पन्न करनेवाली सबमनुष्यों से पुजित! हे शुभगुणों से स्तुति की जानेवाली! मैं तुझको अवाहन करता हूँ तू मुझको पवित्र कर ॥ ४ ॥

सायंसन्ध्या स्वरूप—सायंकाल की सन्ध्या जो सास्वती नाम से प्रसिद्ध है, कृष्णरूपा, है, विष्णु की शक्ति है, स्वर्ग में सदा गमन करनेवाली है. कृष्ण यस्त्र भंग में भौ शंख चक्र गदादि आयुधों को हाथों में धारणकिये है ॥ १ ॥ जिसकी काली २ देदी भवहर्त्रे नानाप्रकार के भूषणों से सुशोभित हैं जो सर्वज्ञानमय अति श्रेष्ठा हैं, सर्वप्रकार वचन रचना

* स्दान, मृगा स्फटिक औ नायिक इत्यादि के माला को मत्तमाला कहते हैं ।

की शक्ति देनेवाली, औ वचन मात्र से सृष्टि संहार
औ पालन करनेवाली है ॥ २ ॥ जो वीणा हाथमें
और धक्षमाला गलेमें धारण किये सुन्दर हस्तकमल
धाली, जिसके सुन्दर मुखारविन्द पर मन्द २ मुस्कान
धिलास ले रहा है, जो चांदों भुवन के लोगों से पूजित
सदा शुभ ओ कल्याणकी करनेवाली है ॥ ३ ॥ हे
मातः ! हे वाग्देवते ! हे देवि ! सर्वों से बंदगा कीजाने
वाली सर्वप्रकार के चरों की देनेवाली, मरुद्गणों से
स्तुत्य, मैं आपको आवाहन करता हूँ, आप मुझको सर्व
पापों से पवित्र करें ॥ ४ ॥

सन्ध्यांस्थाननिर्णयः ।

शारदायाम्—पुरयच्छेत्रं नदीतीरं गुहापर्वत
मस्तकम् । तीर्थप्रदेशाः सिन्धूनां सङ्गमः पावनं
सरः ॥ १ ॥ उद्यानाणि विविक्तानि विल्वमूलं
तटं गिरैः । देवाद्यायतनं कूलं समुद्रस्य निजं गृ-
हम् ॥ २ ॥ वाचस्पतौ, ईश्वरः—गृहे जपः ममः
प्रोक्तो गोप्टे शतगुणः स्मृतः । आरामे च तथाऽ-
रण्ये सहस्रगुणं लब्धते ॥ ३ ॥ अशुतः पर्वते
पुराणे नद्यां लक्षगुणस्तु तः । कोटिर्देवालये प्रोक्तो-
न्नतः शिवसन्निधौ ॥ ४ ॥

टीका—शारदा-पुण्यक्षेत्र, नदीतट, गुहा, पर्वत-
मस्तक, तीर्थस्थान, नदों औ नदियोंका सङ्गमस्थान,
पवित्र, सर ॥ १ ॥ चाटिका, एकान्तस्थान, वेल के वृक्ष
का मूल, पर्वत का तट, देवालय, समुद्रकाकूल, और
अपना घर, इतने स्थान सन्ध्या करने के हैं ॥ २ ॥
वाचस्पति कहते हैं कि, गृह में जपकरना समान है, औ
गोशाला में जपने से शतगुण अधिक फल, चाटिका में
औ जङ्गल में सहस्रगुण ॥ ३ ॥ तीर्थतट में लक्षगुण,
देवालय में कौटिगुण और शिव के समीप जपने से
अनन्तगुण अधिक फल होता है ॥ ४ ॥

सन्ध्योपासने दिग्विचारः ।

लघुव्यास संहितायाम्—प्राङ्मुखः
प्रयतो विप्रः सन्ध्योपासनं माचरेत् । आसीनः
प्राङ्मुखो नित्यं जपं कुर्याद्यथाविधि ॥ १ ॥
बृहत्पाराशरः—ऐसान्याभिमुखो भूत्वा द्विजः
पूर्वमुखोऽपि वा । सन्ध्यामुपासयेन्नित्यं यथाव-
त्तन्निबोधत ॥ २ ॥ परिभाषाकर्मप्रदीपे—
यत्र दिङ्नियमो न स्याज्जपहोमादिकर्मसु । ति-
स्रस्तत्रदिशः प्रोक्ता ऐन्द्री सौम्याऽपराजिता ॥ ३ ॥

गौतमः—रात्रादुदङ्मुखः कुर्याद्वैवं कार्यं सदैव हि ।
शिवार्चनं सदाप्येवं शुचिः कुर्यादुदङ्मुखः ॥ ४ ॥

टीका—लघुन्यास संहिता का बचन है कि, विद्वान् वेदपाठी पूर्वमुख सन्ध्या की उपासना करे और पूर्व * ही मुख नित्य विधिपूर्वक गायत्री का जप करे ॥ १ ॥ बृहत्पाराशरः—ईशानकोन वा पूर्वमुख नित्य द्विजों को सन्ध्योपासन यथाविधि करना उचित है ॥ २ ॥ परिभाषाकर्म प्रदीपे—जहां जिस क्रियामें दिशा का नियम नहीं वर्णन किया गया हो वहां ऐन्द्री, सौम्या औ अपराजिता अर्थात् पूर्व, पश्चिम और उत्तर तीनही दिशा समझनी चाहिये ॥ ३ ॥ गौतमः—यदि रात्रि के समय कोई देवसम्बन्धि कार्य अथवा शिवपूजन इत्यादि कराना हो तो सदा पवित्र होकर उत्तर ही मुख करना चाहिये ॥ ४ ॥

सन्ध्याकर्माकरणे दोषः ।

(गोभिलीयगृह्ये) अथ य इमां

* सायनसन्ध्या पश्चिम मुख औ मध्याह्न उत्तर मुख करना ।

सन्ध्यां नोपास्ते नाचष्टे न स जयति
 येतूपासते श्रोत्रिया भवन्तीत्युपनीता
 श्छेदनभेदनभोजनमैथुनस्वपनस्वाध्या
 यानाचरन्ति ये सन्ध्याकाले तैश्चशूकर
 शृगालगर्दभसर्पयोनिष्वभिसम्पद्यमां-
 नास्तमोभिरसम्पद्यन्ते तस्मात्सायं प्रातः
 सन्ध्यामपासीत ।

टीका—अर्थात् जो द्विजाति इस सन्ध्या की उपा-
 सना नहीं करता, और नहीं पढ़ता वह जय नहीं पाता,
 और जो इसकी उपासना करते हैं वे श्रोत्रीय होते हैं
 और जो उपनीत होकर सन्ध्या में काटना तोड़ना,
 भोजन करना, मैथुन करना, सोना और पढ़ना, इन
 कर्मों को करते हैं वे कुन्ते, शूकर, गीदड़, गदहा सर्प
 योनियों में उत्पन्न होते हुए नरकों को प्राप्त होते हैं, इस
 लिये सायं और प्रातःकाल में केवल सन्ध्या ही करनी
 चाहिये ।

मनु :—नतिष्ठति तु यः पूर्वा नोपास्ते यश्च
 पश्चिमाम् । स शूद्रवद्विष्कार्यः सर्वस्माद्विज

कर्मणः ॥१॥ मरिचिः—सन्ध्या येन न विज्ञा-
ता सन्ध्या येनानुपासिता । जीवमानो भवेच्छूद्रा
मृतः श्वा चाऽभिजायते ॥२॥ दक्षः—सन्ध्या
हीनोऽशुचिर्नित्यमनर्हः - सर्वकर्मसु । यदन्यत्कुरुते
कर्म न तस्य फलभाग्यवेत् ॥३॥ वसिष्ठः—
सन्ध्याहीनस्तु यो विप्रो ह्यन्यत्र कुरुते श्रमम् ।
सजीवन्नेव शूद्रत्वमाशु गच्छति सान्वयः ॥४॥
हारीतः—तस्मान्न लङ्घयेत्सन्ध्यां सायंशतः स-
माहितः । उल्लङ्घयति यो मोहात्स याति नरकं ध्रुवम् ॥५॥

टीका—मनु—जो पूर्वा अर्थात् प्रातःसन्ध्या
नहीं करता औ जिस करके पश्चिमः अर्थात् सायंसन्ध्या
नहीं उपासना की जाती उसको सर्वप्रकार के द्विज
कर्मों से बाहर निकाल देना चाहिये ॥ १ ॥ मरिचिः—
जिसकरके सन्ध्या नहीं जानीजाती औ नहीं
उपासना कीजाती वह प्राणी जीताहुआ शूद्र है और
मरने पर कुत्ता होकर जन्मलेता है ॥ २ ॥ दक्षः—
जो पुरुष सन्ध्याहीन है वह सदा अपवित्र है और कोई
अन्य कर्म करने के श्रेय नहीं, क्योंकि ऐसा पुरुष जो
कुछ कर्म करताई उसके फलका भागी नहीं होता ॥३॥

वसिष्ठ—जो ब्राह्मण सन्ध्यासे हीन होकर और कर्मोंमें परिश्रम करता है सो जीतेहुए अपने वंशोंके साथ शूद्र होजाता है । ४। हारीतः—जो पुरुष सायं औ प्रातःकाल सन्ध्या नहीं करता, वह निश्चय घोर नरक में पड़ता है ५

॥ सन्ध्याफलम् ॥

अन्यच्च—उद्यन्तमस्तयन्तमादित्य
मभिध्यायन्कुर्वन् यो ब्राह्मणो विद्वान्सकलं
भद्रमश्नुते । तैत्तिरीय अ० २ प्रपा० २ अनु० २

टीका—सूर्य के उदय औ अस्त होतेहुए जो विद्वान ब्राह्मण सूर्य का ध्यान औ गायत्री का जप इत्यादि अर्थात् सन्ध्या करता है वह सर्व सुख को प्राप्त करता है ।

अत्रिः—सन्ध्यामुपासते येतु सततं शंसि-
तव्रताः । विधूतपापास्ते यान्ति ब्रह्मलोकं सना-
तनम् ॥१॥ याज्ञवल्क्यः--- यावन्तोऽस्यां पृ-
थिव्यां हि विकर्मस्थास्तु वै द्विजाः । तेषां वै पाव-
नार्थाय सन्ध्या सृष्टा स्वयम्भुवा ॥ २ ॥ निशायां
वा दिवा वापि यदज्ञानकृतं भवेत् । त्रिकाल
सन्ध्याकरणात्तत्सर्वं हि प्रणाश्यति ॥ ३ ॥ मनुः--

पूर्वा सन्ध्यां जपंस्तिष्ठन्नैशमेनोव्यपोहति पश्चिमां-
तुसमार्क्षानोमलं हन्तिदिवाकृतम् ॥ ४ ॥ शङ्खः—
अवृतं मधुगन्धं च दिवामैथुन भवच । पुनातिवृष-
लस्यान्नं येन सन्ध्याहोपासिता ॥ ५ ॥ विश्वा-
मित्रकल्पे—विप्रोवृक्षोमूलमस्त्यस्य सन्ध्या ।
वेदाः शाखा धर्मकर्माणिपत्रम् ॥ तस्मान्मूलं यत्र
तोरज्जरायं । छिन्ने मूले नैव वृक्षो न शाखाः ॥ ६ ॥

टीका—अत्रिः—जो लोग नियम पूर्वक सन्ध्या
की उपासना करतेहैं वे सर्व पापों से छूटकर सनातन
ब्रह्मलोक को प्राप्त होते हैं ॥ १ ॥ याग्यवल्क्यः—जितने
द्विज इस पृथ्वीतल में दुष्ट कर्मों में लीन हैं उनके पावन
करने के लिये परमात्मा ने सन्ध्या बनाई ॥ २ ॥ रात्रि में
अथवा दिन में जोकुछ भजानकृत पाप होतेहैं वे सब
त्रिकालसन्ध्या से नाश होजातेहैं ॥ ३ ॥ मनुः—प्रातः
सन्ध्या से रात्रि भर के पाप औ सायंसन्ध्या से दिन
भर के पाप नाश हो जाते हैं ॥ ४ ॥ शङ्खः—झूठबोलना, मद्य
की संधना, दिनको मैथुन करना, और (चपल) शूद्र
पापी, जो अपने वर्ण से च्युत होगयाहो उसका अन्न
खाना इत्यादि पापोंसे वह प्राणी छूट जाताहै जो नित्य
सन्ध्योपासन करता है ॥ ५ ॥ विश्वामित्रकल्पे—

विप्ररूपी जो वृक्ष है उसका मूल सन्ध्या है, चारों वेद चार डालियां हैं और जितने धर्म कर्म हैं सब पत्ते हैं, इस कारण मूल को अर्थात् सन्ध्या को सदा यत्नपूर्वक रक्षा करनी चाहिये, क्योंकि जड़ के काटने से न वृक्ष रहसकता है न डालियां रहसकती हैं ॥

सन्ध्योपास्त्यो विजलफाञ्चाग्निः ।

प्रयोगपारिजाते—धाराच्युतेन तोयेन सन्ध्योपास्तिर्विगर्हिता । नद्यां तार्थे हृदे वापि भोजने मृन्मयेपिवा ॥ औदुम्बरे च सौवर्णे राजते दारुसम्भवे । कृत्वा तु वामहस्ते वा सन्ध्योपास्तिं समाचरेत् ॥ मरीचिः—गोकर्णाकृतिवत्पात्रं ताम्रं रौप्यं च हाटकम् । जलं तत्र विनिक्षिप्य सन्ध्योपासनमाचरेत् ॥ आह्निककारिकासु—कांस्येनायसपात्रेण त्रपुसीसकपित्तलैः । आचान्तः शतकृत्वोऽपि न कदाचन शुद्ध्यति ॥

प्रयोगपारिजाते—धारा से गिरतेहुए जल से अर्थात् वर्षा के जल से सन्ध्या करनी निन्दित है, नदी

तीर्थ औ तालाब में, वा मट्टी के बरतन में, उदुम्बर के पात्र में अथवा बाँये हाथ में जल लेकर सन्ध्या करे । मरीचिः—तांबा, रूपा, औ सोना, के पात्र में जो गड के कान ऐसे बने हों जल लेकर सन्ध्या करे । आहिक-कारिका—कांसा, लोहा, टीन, सीसा, ओ पीतल के पात्र में जल लेकर सन्ध्या न करे, क्योंकि इन पात्रों के जल से सैकड़ों बार भी कोई पुरुष आचमन करे तो वह शुद्ध कदापि नहीं हो सकता ॥

—०—

यह एक सन्ध्या के काल, स्थान, दिग् इत्यादि का निर्णय भली भाँति हो चुका, अब प्रातःकाल वि-छादन से उठने के पश्चात् सन्ध्या के धासन पर आने तक शरीर शुद्धि निमित्त कौन २ सा कर्म किस विधिसे करना चाहिये विस्तारपूर्वक कथन किया जाता है । पाठकों को उचित है कि, इन बातों पर भली भाँति ध्यान रखें ।

प्रातःकालिक कर्म ।

‘प्रातरुत्थानकालः’ मनुः---ब्राह्मे-

मुहूर्ते बुद्धयेत धर्मार्थानुचिन्तयेत् । कायक्लेशांश्च
तन्मूलान्वेदतत्त्वार्थमेव च ॥ रत्नावल्याम्—

ब्राह्मेमुहूर्ते या निद्रा सा पुण्यक्षयकारिणी । तां करो-
ति द्विजो मोहात्पादकृच्छ्रेण शुद्ध्यति ॥ विष्णु-

पुराणे—रात्रेः पश्चिमयामस्य मुहूर्तो यस्तृतीयकः ।

स ब्राह्म इति विज्ञेयो विहितः स प्रबोधने ॥

टीका—मनु कहते हैं कि, ब्राह्ममुहूर्त में उठकर
धर्म, अर्थ, शरीर के रोगों का कारण अर्थात्
नाड़ीपरीक्षा इत्यादि और वेद के तत्त्वों का विचार अ-
वश्यकरे । रत्नावल्याम्—ब्राह्ममुहूर्त की निद्रा
पुण्यक्षय करनेवाली है, इस कारण जो द्विज मोहवश
इस समय सोता है वह बिना * 'पादकृच्छ्र' के शुद्ध
नहीं होता । अब यह ब्राह्ममुहूर्त किस समय को
कहते हैं उसे वर्णन करते हैं । विष्णुपुराणे—रात्रि के
पिछले याम अर्थात् पहर के तीसरे मुहूर्त को ब्राह्ममुहूर्त
जानना, अर्थात् साढ़े चार बजे रात्रि से ब्राह्म-

* पापों से शुद्ध होने के निमित्त शास्त्रोक्त विधि से
मांस पर्यन्त बिना अन्नजल के अपने को दण्ड देना
“कृच्छ्र” कहलाता है तिस के चतुर्थ भाग को “पादकृच्छ्र”
कहते हैं ।

मुहूर्त आरंभ होता है । पाठकों को स्मरण रहे कि इसी ब्राह्ममुहूर्त से अर्द्धोदय तक अर्थात् दो मुहूर्त में शारीरिक शौच ओ सन्ध्या समाप्त करलें, मुहूर्त मात्र में बाह्यभूमि से स्नान तक और मुहूर्त मात्रमें सन्ध्या करलें ।

उत्थान काले स्वकरतलाद्यवलोकनम् ।

यत्राङ्गेवहते वायुस्तदङ्गस्य करस्तलं । सुप्तो-
स्थितोमुखं स्पृष्ट्वालभते वाञ्छितंफलम् ॥ आ-
चारप्रदीपे—कराग्रवसते लक्ष्मीः करमध्ये सर-
स्वती । करमूले स्थितोब्रह्मा प्रभाते करदर्शनम् ॥

टीका—बिछावन से उठते वाम अथवा दक्षिण जौन स्वर चलता हों उसी हाथ की रेखा देख मुख पर फेरता हुआ डठे, यदि दोनों स्वर अर्थात् सुषुम्णा चलती हो तो दोनों हाथों की रेखाओं को अवलोकन करे, क्योंकि आचारप्रदीप में कहा है कि हाथ के अग्र भाग में लक्ष्मी, मध्य में सरस्वती और अन्तमें ब्रह्मा की स्थिति है, इसकारण प्रभातकाल में करतलदर्शन अवश्य करे, पश्चात् नीचे लिखे मंत्रों का पढ़ते हुए बिछावन छोड़ भूमि पर पैर रखे ।

‘ग्रहस्तुतिर्वासनपुराणे’

ब्रह्मामुरारिस्त्रिपुरान्तकारी भानुः शशी भूमि
 सुतोबुधश्च । गुरुश्च शुक्रः शनिराहुकेतवः कुर्वन्तु
 सर्वे मम सुप्रभातम् ॥ १ ॥ ‘ऋषिस्तुतिः’—
 भृगुर्वसिष्ठः क्रतुरंगिरश्च मनुः पुलस्त्यः पुलहश्च गौ-
 तमः । रैभ्यो मरीचिश्च धवनश्च दक्षः कुर्वन्तु सर्वे मम
 सुप्रभातम् ॥ २ ॥ सनत्कुमारः सनकः सनन्दनः
 सनातनोऽप्यासुरिपिङ्गलौ च । सप्त स्वराः सप्त
 रसातलानि कुर्वन् ॥ ३ ॥ सप्तार्णवाः सप्त कुला-
 चलाश्च सप्तर्षयो द्वीपवनानि सप्त । भूरादिकृत्वा
 भुवनानि सप्त कुर्वन् ॥ ४ ॥ पृथ्वी सगन्वा स
 रसास्तथापः स्पर्शा च वायुर्जलितं च तेजः ।
 नभः सशब्दं महता सहैव कुर्वन् ॥ ५ ॥ इत्थं
 प्रभाते परमं पवित्रं पठेत्स्मरेद्वा शृणुयाच्च तद्वत् ।
 दुःखप्रणाशस्त्विह सुप्रभातं भवेच्च नित्यं भगव-
 त्सदादात् ॥ ६ ॥

टी० ग्रहस्तुति—ब्रह्मा, विष्णु, महेश, सूर्य
 चन्द्र, मङ्गल, बुध, बृहस्पति, शुक्र, शनि, राहु औ केतु,
 सय मिल आज मेरे प्रभात को शुभ करें, अर्थात् आज

मेरा सम्पूर्ण दिन मङ्गलमय व्यतीत हो ॥१॥ ऋषि-
स्तुति—भृगु, वसिष्ठ, कतु, अङ्गिरा, मनु, पुलस्त्य,
पुलह, गौतम, रैव्य, मरीचि, ज्यवन (कपिलके एक
शिष्य) दक्ष ॥ २ ॥ सनत्कुमार, सनक, सन्दन,
सनातन, आसुरि, पिङ्गल, सातों स्वर, सातों नीचेके
लोक ॥ ३ ॥ सातों अर्णव (समुद्र) सातों फुलाचल*
(पर्वत), सातों ऋषी, सातों द्वीप; सातों वन, भूः, भुवः,
स्वः इत्यादि सातों भुवन ॥ ४ ॥ गन्धवती पृथिवी, रस
देनेवाला जल, स्पशगुणवाला वायु, ज्वालागुक्त अग्नि,
शब्दगुणवाला आकाश, सब मिल मेरे प्रमात को शुभ
करें ॥ ५ ॥ एवम्प्रकार जो प्राणी नित्य पढ़े, स्मरणकरे
औ सुने, तो भगवत् कृपा से नित्यही उसके सर्व दुःख
नाशको प्राप्त हों और नित्य दिन उसका शुभ हो ॥ ६ ॥

उक्तप्रकार स्तुति पढ़तेहुए बिलावन से उठ पुण्य-
श्लोकजन अर्थात् भक्तजनों की भी स्तुति नीचे लिखे
मन्त्र से करताहुआ बाहर आवे ।

पुण्यश्लोकजनस्तुतिः ।

आचारमयूखे—पुण्यश्लोको नलौ राजा

* महेन्द्रो मलयः सद्यः शक्तीमानृक्षपर्वतः

विन्ध्यश्च पारियात्रश्च सप्तैते कुलपर्वताः ।

पुण्यश्लोको युधिष्ठिरः । पुण्यश्लोका च वैदेही
 पुण्यश्लोको जनार्दनः ॥ अश्वत्थामा बलिर्व्या
 सो हनूमाश्च विभीषणः । कृपःपरशुरामश्च सप्तैते
 चिरजीविनिः ॥ सप्तैतान् संस्मरेन्नित्यं मार्क
 ण्डेयमथाष्टमम् । जीवेद्वर्षातं सोऽपि सर्वव्या-
 धिविवर्जितः ॥ अहल्या द्रौपदी तारा कुन्ती
 मन्दोदरी तथा । पञ्चकं ना स्मरेन्नित्यं महापातक
 नाशनम् ॥

टीका—आचारमयूखे—राजा नल, युधिष्ठिर
 वैदेही, ओ जनार्दन जो पुण्यश्लोक अर्थात् स्तुति करने
 के योग्य हैं, प्रातःकाल इनका नाम अवश्य लेना-
 चाहिये । फिर अश्वत्थामा, बलि, व्यास, हनूमान,
 विभीषण, कृपाचर्य, परशुराम, ये सातों पुरुष चिर-
 जीवी हैं इन सातों को और आठवें मार्कण्डेय को जो
 प्राणी नित्य स्मरण करता है वह सौ वर्ष तक जीवता है
 और उसके सर्वप्रकार के रोग नाश हो जाते हैं । फिर
 अहल्या, द्रौपदी, तारा, कुन्ती, मन्दोदरी इन पाँचों को
 जो पुरुष प्रातःकाल स्मरण करे सर्वप्रकार के पातकों से
 छूटजावे ।

उक्तप्रकार घर से बाहर निकलकर दशों दि-
 शार्थों को ओर मस्तक झुकाते हुए आकाश से लेकर

पंथी तक तानागंण ओ धृष्टं इत्यादिकों का देखतेहुए और नीचे लिखे मन्त्रको पढ़तेहुए विराट् अर्थात् विश्व मूर्ति जगदीश्वर का नमस्कार करे।

ॐ सहस्रशीर्षा पुरुषः सहस्राक्षः सहस्रपात् ।

स भूमिं विभक्तो वृत्वाऽत्यतिष्ठदशानुलम् ॥

टी०—सहस्र अर्थात् अनन्त मस्तक, अनन्त नेत्र ओ अनन्त पांच हैं जिस पुरुष के अर्थात् अनंक भ्रमाण्डों में जो अनन्तकोटि जीवों के मस्तक नेत्र पांच इत्यादि हैं, वे सब मानो उसी पुरुष के हैं और इसी कारण जो विश्वमूर्ति कहा जाता है वह सर्वओर से पृथ्वी को घेरे हुए दश अंगुल पर ठहरता है अर्थात् नाभी से दश अंगुल ऊपर जो हृदयकमल उस में निवास करता है, अथवा दशों अंगुलियों की ओर अर्थात् दशों दिशाओं में ठहरता है, तात्पर्य यह कि यदि कोई प्रश्न करे कि, वह परमात्मा कहां है तो दश अंगुली दशों ओर दिखलाकर बताना चाहिये, अथवा जो कोई प्राणी हाथों को जोड़कर दशांगुल होता है तब वह परमात्मा उसके दशों जुटोहुई अंगुलियों के सामने खड़ाहोजाता है।

तत्पश्चात् प्रातःकाले नीचे लिखे दर्शनीय पदार्थों का दर्शन करे और जिनका दर्शन अयोग्य है उनका दर्शन न करे, यदि दर्शन होजावे तो नीचे गर्दन कर आंख बन्दकरलेवे और 'त्राहिमाम्' कहकर जगदीश्वर को नमस्कार करे ।

प्रातःकाले दर्शनीयपदार्थाः ।

आधारप्रदीपैः—भारद्वाचमयूराणां चाष-
स्य नकुलस्यच । प्रभाते दर्शनं श्रेष्ठं वामपृष्ठे
विशेषतः ॥ १ ॥ **नागदेवः—**श्रोत्रियं सुभगां
गांच अग्निमग्निचितिं तथा । प्रातरुत्थाय यः
पश्येदापद्भ्यः स प्रमुच्यते ॥ २ ॥

प्रातःकाले दर्शनायोग्याः पदार्थाः ।

नागदेवः—पाणिष्ठं दुर्भगं चान्धं नग्नमुत्कृत
नासिकम् । प्रातरुत्थाय यः पश्येत्तत्कलेरुप
लक्षणम् ॥ १ ॥ भल्लातकं कर्षफलं काकमाज्जर
मूषकान् । ह्रीवंच गर्दभं चैव न पश्येत्प्रातरे-
वहिः ॥ २ ॥

टी०—भारद्वाज (लावा) मोर, चाप, (नस्त्रविलासी) जैवलाका दर्शन विशेषकर वामभाग में अति उत्तम है । १।
'नागदेव' श्रोत्रिय ब्राह्मण, सुन्दर स्त्री, गाय, अग्नि और अग्निशैल का दर्शन यदि प्रातःकाल होवे तो सर्व प्रकार की आपत्तियां दूर हों ॥ २ ॥

प्रातःकाल नहीं दर्शन के योग्य—'नागदेव' बापी, धमागा, धन्धा, नंगा, नकटा, इतनों का दर्शन होना मानो कलियुग का उपलक्षण है ॥ १ ॥ भल्लानक (भिलावा) कसैला फल, काग, विला, चूड़ा, हिजड़ा, गदहा का दर्शन एकदम निषेध है ॥ २ ॥

तत्पश्चात् सहिर्भूमि को जावे ।

विष्णुसूत्रोत्सर्गविधिः

'पारस्करगृह्यसूत्रे'--तिष्ठन्न मूत्र पुरीषे कुर्यात्स्वयं प्रशीर्णेन काष्ठेन गुदं प्रमृजीत विकृतं वासो नाच्छादयेत् ।
अत्रपरीषे पीवनं चातपे न कुर्यात् ॥

टी०—मलमूत्रपरित्याग की विधि यह है कि खड़े खड़े भूलकर भी कभी मलमूत्र न परित्यागकरे क्योंकि ऐसे करने से मलमूत्र का छौंटा अवश्यही पैरों पर पड़ेगा* । फिर यदि मट्टी न मिले सूखे घासफूस ओ तृणादि से गुदा को स्वच्छ करलेवे तब जल से शौच करे, विकृतवस्त्रसे अङ्गों को आच्छादन न करे, आतप अर्थात् धूप में मलमूत्र और धूक न करे । शौचविधि नीचे वर्णन किया जाता ६ ॥

शौचे उपवीतधारणावाच ।

आह्निककारिकासु—मूत्रे तु दक्षिणे कर्णे पुरीषे वामकर्णके । उपवीतं सदा धार्य मैथुने तूपवीतिवत् ॥ ‘अङ्गिरा’—कृत्वा यज्ञोपवीतं तु पृष्ठतः कण्ठलम्बितम् । विरामूत्रे तु गृही कुर्याद्वायुकर्णे समाहितः ॥ ‘सायणीये’—मलमूत्रे तपजेद्विप्रो विस्मृत्यैवोपवीतधृत् । उपवीतं तदुत्सृज्य धार्यमन्यन्नवं तदा ॥

* पतलून, पायजामा वालोंके लिये बड़ी आपत्ति है; उचित है कि मलमूत्र के समय पतलून खोलकर जावे नहीं तो पतलून हनुपलिस का पाया बनजावेगा ।

टीका—आह्निककारिका में लिखा है कि यज्ञो-
पावत को मूत्रके समय दक्षिण कान में ओ मल परित्याग
के समय वाम कर्ण में धारण करना चाहिये और मैथुनके
समय उप तितिवत् अर्थात् गले औ कक्ष में डाललेना
चाहिये । गृहस्थों के लिये 'आह्निका' का वचन है कि
मलमूत्र के समय उपवीन को वामकर्ण में डालेहुए के-
वल कण्ठ से पीठकी ओर लम्बा करलेना चाहिये ।
'सायणीये' यदि विप्र मलमूत्र परित्यागकाल में उप-
वीन को कर्णों में धारणकरना भूलजावे तो उसको उतार
कर फिर नवीन धारणकरे ।

शौचे जलपात्रग्रहणविचारः ।

सायणीये—गृहीत्वा जलपात्रं तु विमूत्रे
कुलते यदि । तज्जलं मूत्रमदृशं मतश्चान्द्रायणं चरेत् ॥

टीका—जलपात्र को हाथमें लियेहुए यदि मल
मूत्र परित्याग करे तो वह जल मूत्र के समान होजाता
है ऐसा करनेवाला 'चान्द्रायण' व्रत करनेसे शुद्ध
हीताहै ।

॥ शौचे दिग्विचारः ॥

यमः—अत्यद्मुखस्तु पूर्वाह्ने ऽपराह्ने माह्नु-

स्वस्तथा । उदङ्मुखस्तु मध्याह्ने निशायां दक्षिणामुखः ॥ मनुः—छायायामन्धकारेच रात्रावहनि वा द्विजः । यथासुखं मुखं कुर्यात्प्राणवाधाभयेषुच ॥ (रात्रौ गृहेऽपि यथासुखं मुखं कुर्यात्) ।

टीका—पूर्वाह्न अर्थात् प्रातःकाल से दोपहर दिन तक पश्चिममुख, औ दोपहर दिनसे सायंकालतक पूरब मुख फिर मध्याह्न में उत्तरमुख, औ रातको दक्षिणमुख शौच करे फिर 'मनु' का बचन है कि छाया में अन्धकारमें औ प्राणवाधा के भय में, रात्रि हो वा दिन जिस ओर सुखपूर्वक हो शौच करे (रात्रि में औ घर में जिस ओर सुलभ हो उसी ओर करे) ।

शौचे मृत्तिकाप्रमाणम् ।

भृगुः—वैलिङ्गे मृत्तिके देये गुदे पञ्च करे दश । उभयोः सप्त दातव्या विदशौचे मृत्तिकाः स्मृताः ॥ १ ॥ चन्द्रिकायास्पादतले तिस्रः मृत्तिका शुल्कयोश्चतस्र इति ॥ २ ॥ भृगुः—यदिवा विहितं शौचं तदर्थं निशि कीर्तितम् ।

तदर्धमातुरे प्रोक्तमातुरस्यार्धमध्यनि ॥ ३ ॥ एकं
शौचं गृहस्थस्य त्रिगुणं ब्रह्मचारिणः । वानप्र-
स्थस्य त्रिगुणं यतीनां च चतुर्गुणम् ॥ ४ ॥

‘आदित्यपुराणे’—स्त्रीशुद्रयोरर्धमानं शौचं
प्रोक्तं मनीषिभिः । दिवा शौचस्य निश्चयं पयि-
क्तो विधीयते ॥ आर्चः कुर्याद्यथाशक्तिः शक्तः
कुर्याद्यथोदितम् ॥ ५ ॥

टीका—भृगु कहते हैं कि मलमूत्र परित्याग के
पश्चात् दोवार मिट्टी लिङ्गस्थान में, पांचवार गुदास्थान
में, दशवार बायें हाथमें और सात २ बार दोनों हाथों
में लगावे ॥ १ ॥ फिर ‘चन्द्रिका’ में आज्ञा है कि
तीन २ बार पैर के तलवों में औ चार २ बार गुल्फ,
अर्थात् एड़ियों में लगावे ॥ २ ॥ फिर ‘भृगु’ का
वचन है कि दिनमें जितना शौच का प्रमाण है उससे
आधा रात्रि में, तिससे आधा आतुरता में, तिससे भी
आधा मार्ग चलनेमें करे ॥ ३ ॥ एकगुण शौच गृहस्थ
के लिये तिससे दूना ब्रह्मचारी, तीनगुना वानप्रस्थ औ
चौगुना यतियों अर्थात् सन्यासियों के किये हैं ॥ ४ ॥
‘आदित्यपुराण’ में लिखा है कि स्त्री औ शुद्र को आ-
धाही शौच करने को बुद्धिमानों ने कहा है, दिनसे रात्रि

में आधा औ मार्ग में चौथाईही करना चाहिये, दुखियां, रोगी केवल धपनी-शक्तीभर करे औ शक्तिमान प्राणी कथन किये प्रमाणसे करे ॥ ५ ॥

इहां नक्त वहिर्भूमि इत्यादि का वर्णन होचुका अब दन्तधावनविधि वर्णन कीजाती है ।

दन्तधावनविधिः

पोरस्करगृह्यसूत्रे मन्त्रः—(औदुम्बरेण दन्तान्धावयेदन्तः। द्यायव्यूहध्वः। सौमो राजा यमागमत् । स मे मुखं प्रमाक्ष्यते यशसा च भगेन चेति) ।

हरिहरभाष्ये—औदुम्बरेण द्वादशांगुलसंमितेन कनिष्ठिकाग्रवत् स्थूलेनोदुम्बरकाष्ठेन दन्तान्धावयेत् ॥

टीका—उदुम्बर की लकड़ी जो बारह अंगुल लम्बी हो और कनिष्ठिका अंगुली के अग्रभाग के समान मोटी हो उसे लेकर दाववन करे औ (अन्त्या-द्यायजूध्वं) मन्त्र को पढ़लेवे जिसका अर्थ यह है

कि हे दानो तुम सब अन्नभोजन के लिये एकसाथ एक पंक्ति में दृढ़ होजाओ क्योंकि सोमराजा जो सर्व प्रकार के काष्ठों और औषधियों में निवास करते हैं वह तुम्हारे सामने इस उदुम्बर के काष्ठ में आकर प्राप्त हैं। जैसे राजा की अवार्द सुनकर उनकी सेना संभलकर एक पंक्ति में होजाती है उसी प्रकार तुम भी सोमराजा को देखकर एक पंक्ति होजाओ यह सोमराजा मेरे मुख को यश से और ऐश्वर्य से स्वच्छ और परिपूर्ण करें।

दन्तधावने वनस्पतिप्रार्थना ।

विश्वामित्रकल्पे—आयुर्वलं यशो वर्चः

प्रजाः पशून् वसूनि च । ब्रह्मप्रज्ञां च मेयां च
त्वं नो देही वनस्पते ॥

टीका—दानवन वृक्ष से लेने के समय अथवा यदि वृक्ष से लाया हुआ हो तो हाथमें लेने के समय यह मन्त्र पढ़ना चाहिये। अर्थ—हे वनस्पतिकृपी ब्रह्म 'अर्थान् जो परमात्मसत्ता वनस्पतियों में विराजमान है', मेरेलिये आयु की वृद्धि, यश, तेज, प्रजा, पशु पृथिवी, ब्रह्मविद्या और भलीप्रकार की बुद्धि प्रदान कीजिये।

दन्तधावने उक्तकाष्ठानि ।

नागदेवः—करञ्जोदुम्बर्गे चूतः कदम्बो
लोधूचम्पकौ । वदरीति द्रुमाश्चैते प्रोक्तादन्त
प्रधावने ॥ ‘वाचस्पतिः’---आम्राम्रातक
धार्वा जगकोटखदिरोद्भवम् । शम्यपामार्गस्त्रज्वरी
शेलुभ्रीपशिपीलुजम् ॥ राजादनंच नारङ्गं क-
पायं कटुकण्टकम् । क्षीरवृक्षोद्भवं वापि प्रशस्तं
दन्तधावने ॥ ‘धन्वन्तरिः’---कपायं मधुरं
तिक्तं कटुकं प्रातस्त्यक्तः । निम्बश्च तिक्तके श्रेष्ठः
कपाये खदिरस्तथा ॥ दन्तशोधन चूर्णेन दन्त-
मांसान्यवाधयन् । जिह्वा निर्लेखनं रौप्यं सौवर्णं
वार्त्तमेवच ॥

टीका—दानवन किन वृक्षों की होनी चाहिये उसे
वर्णन करते हैं—करञ्ज (कटकरेजा) उदुम्बर (गुलर),
चूत (भाम), कदम्ब, लोध्र (लोध्र) चम्पा, वैर, इतने
वृक्ष दातवन के लिये नागदेव ने आज्ञा दी है फिर
‘वाचस्पति’ की आज्ञा है कि आम अमरा, आंवला,
जामुन, खैर, शमि. (एक वृक्ष जिस से आग निकलती है)
आपामार्ग (चिरचिरो), खजूर, शेलु (सिंदुवार),

श्रोपर्णि (शहूत जिससे रेशम उत्पन्न होता है) पोल्टु [खुरमा] राजादन [पियालू] नागंगो और जो कसैला हो, कटु हो, और जिस में कांटा हो, अथवा जिस में दूध होता हो वे सब वृक्ष दातवन के लिये प्रशस्त हैं. फिर 'धन्वन्तरि' का वचन है कि कसैला, मीठा, तोता और कटु, इतने प्रकार का दातवन चाहिये जिस में तीले में सब से उत्तम निम्ब* हैं और कसैले में खैर हैं । यदि दातवन न मिले तो निमक और तेल मिलाकर अर्थात् दन्तशोधन चूर्ण से मांसको बचाये हुए दातों को भली भाँति माँजकर रुपये, सोने अथवा वृक्ष की जिमिया से लिहा को स्वच्छ करे, कम से कम २४ मिनट अवश्यही दातवन करे ।

वर्ज्यदन्तधावनकाष्ठानि ।

शर्माः—कुशं काशं पलाशं च निशुपं
यस्तु भक्षयेत् । तावद्भवति चारुडालो यावद्द्वं

* यह निम्ब दातवन के लिये अति उत्तम है सर्व साधारण को सब स्थानों में मिलनक्षता है, इस दातवन से एकदम सुगन्ध की स्वच्छता होती है. शरीर आरोग्य रहता है यदि १२ वर्ष लगातार करे तो सर्प का विष शरीर पर नहीं चढ़नक्षता । 'धन्वन्तरि' ने इसी कारण इसको श्रेष्ठ लिखा ।

न पश्यति ॥ १ ॥ अर्धशुष्कं त्वचा हीनं यत्नेन परिवर्जयेत् । पतितं चातिरिक्तं च कीटविद्धं तथैव च ॥ २ ॥

टीका—जिन वृक्षों की दातवन वर्जित है उसे वर्णन करते हैं—कुश, काश, (कसौंजा) पलाश निशुप (एक वृक्ष का नाम) को जो प्राणी दातों से चुवाता है वह तब तक चाण्डाल के तुल्य है जब तक गङ्गा का दर्शन न करे ॥ १ ॥ आधीनृग्री, त्वचाहीन अर्थात् जिसका छिलका निकल गया हो, पृथ्वीपर जो गिर गई हो, (अतिरिक्त अर्थात् जो सीधी न हो, टेढ़ी हो अथवा जिसके भीतर पोला हो, काँटों करके जो बेधी हुई हो ऐसी दातवन एकदम वर्जित है ॥ २ ॥

दन्तधावने दिग्विशेषः ।

विष्णुः—प्राङ्मुखस्य धृतिः सौख्यं शरीरा-
रोग्यमेव च । दक्षिणेन तथा कष्टं पश्चिमेन पराज-
यः । १ । उत्तरेण गवां नाशः स्त्रीणां परिजनस्य च ।
पूर्वोत्तरे तु दिग्भागे सर्वान्कामानवाप्नुयात् ॥ २ ॥

टीका—पूर्व ओर दातवन करने से धीरज, सुख औ निरोगता प्राप्ति होती है, दक्षिणमुख से कष्ट, पश्चिम

से युद्ध अथवा शस्त्रार्थ इत्यादि में पराजय अर्थात् हार होती है ॥१॥ उत्तर और मुखधोने से गाय, स्त्री और सेवकों का नाश और पूर्वोत्तर अर्थात् ईशानकोन की ओर दातवन करने से सर्षप्रकार के कामनाओं की प्राप्ति होती है ॥२॥

उक्त प्रकार दन्तधावन * करने के पश्चता ॐ
अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोऽपि वा । यः
स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स वात्साभ्यन्तरः शुचिः' ॥
यह मन्त्र पढ़कर जल से शरीर का मार्जनकरे । फिर सूर्य, तुलसी और गड को नमस्कारकरे ।

तत्पश्चात् गृह में अथवा कुण्ड, तालाब, नदी आदि तीर्थों में स्नान निमित्त जावे, जिन पुरुषों की नदी आदि तीर्थों में स्नानकरने का अवकाश हो वह तो अवश्यही, श्री १०८ स्वामी हंसस्वरूपकृत वृहत्स्नान विधि के अनुसार नित्यस्नान करें । किन्तु जिनको अवकाश न मिलने से वा समय के सफाच से 'वृहत्-

* गृहोत्तरे ऋषियों की सम्मति यह है कि प्रतिपदा, दर्श, पष्टी, अष्टमी, नवमी, रविवार, व्यतीपात और संक्रान्त के दिन काष्ठ का दातवन न करे, और किसी दूसरी वस्तु से दातों को शुद्ध करलेवे ।

स्नान' करना असंभव हो वे गृहमें गृहस्नान नीचे लिखी विधि से करलिया करें ।

गृहस्नानविधिः ।

वौधायनः—गृहस्नाने न तु प्रोक्तं मार्जनं
तर्पणादिकम् । नान्तोराचमनं प्रोक्तं पश्चादाचम्य
शुद्ध्यति ॥ १ ॥

टीका—गृहस्नान में मार्जन, तर्पण औ आचमन
इत्यादि की आवश्यकता नहीं, स्नान के पश्चात् आचमन
कर शुद्ध होसकतेहैं ॥ १ ॥

शिला अथवा काष्ठ के आसन पर सूर्याभिमुख
बैठ प्रथम पांव, फिर हाथ, मुख औ यज्ञोपवीत को
धोकर तीन गण्डूप जल लेवे, फिर दाहिने हाथ में दो
औ वाम में तीन कुश* ले शिखा को स्पर्शकर अंजली
में जल ले ॐ नमो नारायणाय इस मन्त्र से उस
जल को अपने चारों ओर चार हाथ लम्बाई चौड़ाई
में फेंककर तीर्थ निरूपणकर नीचे लिखे मन्त्र से स्नान
का संकल्पकरे ।

*एक कुश आसन के नीचे और एक मस्तक पर भी रखे ।

संकल्पः—विष्णुर्विष्णुर्विष्णुः श्रीमद्भगवतो महा-
 पुरुषस्य विष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्य अथ ब्रह्मणः
 द्वितीये परार्द्धे श्रीश्वेतवाराहकल्पे वैवस्वतमन्वन्तरे
 अष्टाविंशतितमे कलियुगे कलिमथमचरणे भारतवर्षे
 (भारतखण्डे) जम्बुद्वीपे रामक्षेत्रे परशुरामाश्रमे
 दण्डकारण्यदेशे श्रीगोदावर्याः पश्चिमदिग्विभागे श्रीमल्ल-
 वणाव्येरुत्तरे तीरे श्रीशालिवाहनशाके बौद्धावतारे
 अस्मिन्वर्तमाने अपुक्रनामसंवत्सरे अमुकपात्रे अमुकतौ
 अमुकमासे अमुकपक्षे अमुकवासरे अमुकतिथौ मम
 आत्मनः श्रुतिस्मृतिषु रागोक्तफलगाप्तवर्थं मम इह
 जन्मनि कार्याकवाचिकमानसिकसांसर्गिकज्ञाताज्ञात-
 स्पर्शास्पर्शसिनभोजनशयनगमनादिकृत कर्मदोषनिरास-
 द्वारा त्रिविधतापोपशमनार्थं श्रीपरमेश्वरश्रीत्यर्थं शीतोद-
 केन उष्णोदकेन वा प्रातः स्नानमहं करिष्ये ॥ इति ॥

एवम् प्रकार संकल्प कर नीचे लिखे मन्त्र से तीर्थो
 की प्रार्थना करते हुए जलका संस्कारकर स्नानकरे ।

“तीर्थप्रार्थना”---आपो नारायणोद्भूताः स्नाने
 वास्थायनं पुनः । तस्मान्नारायणं देवं स्नानकाले

स्मराम्यहम् ॥ १ ॥ त्वं राजा सर्वतीर्थानां त्वमेव
जगतः पिता । याचितं देहि मे तीर्थं सर्व
पापैः प्रमुच्यते ॥ २ ॥ नमामि गङ्गे तव पादपङ्कजं
सुरासुरैर्वन्दितदिव्यरूपम् । भुक्तिं च मुक्तिं च
ददासि नित्यं भावानुसारेण सदा नराणाम् ॥ ३ ॥
पुष्कराद्यानि तीर्थानि गङ्गाद्याः सरितस्तथा ।
आगच्छन्तु पवित्राणि स्नानकाले सदा मम ॥ ४ ॥
गङ्गे च यमुने चैव गोदावरि सरस्वति । नर्मदे सिन्धु
कावेरि जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ॥ ५ ॥ नन्दिनी
नलिनी सीता मालती च मलापहा । विष्णुपादाब्ज-
सम्भूता गङ्गा त्रिपथगामिनी ॥ ६ ॥ भागीरथी भोगवती
जाह्नवी त्रिशेश्वरी । द्वादशैतानि नामानि यत्र यत्र
जलाशये ॥ ७ ॥ स्नानोद्यतः पठेद्यत्र तत्रैव निवसा-
म्यहम् । एतान्मन्त्रान्यठित्वान्ते सर्वाङ्गस्नानमाचरेत् ॥ ८ ॥

एवम् प्रकार तीर्थ प्रार्थना कर नीचे लिखे मन्त्रों
से स्नान करे ।

विनियोगः—इममे इत्यस्याः—प्रैयमेध

ऋषिः सिन्धुसिन्नधो देवता जगती छन्दः । गृहस्नाने
विनियोगः ॥

इमस्मै गङ्गे यमुने सरस्वति शुतुद्रिस्तोमं
सचतापरुषाया । असिक्न्या मरुद्वृधे वितस्तया
जीकीये शृगुह्यासु पोगया ॥

ऋग्वेद, मण्डल ८ अध्याय ३ सुक्त ६ मन्त्र ५।

त्रिनियोगः---ॐ पञ्चनद्य इत्यस्य—
याज्ञवल्क्य ऋषिरनुष्टुप् छन्दः । सरस्वति देवता ।
गृहस्नाने विनि० ।

ॐ पञ्च नद्यः सरस्वती मपियन्ति सप्तोत्तसः
सरस्वती तु पञ्चधा लोदेशे भवन्सुरित् ।

शु० यजु० अ० ३४ मन्त्र ११ ।

एवम प्रकार गृहस्नान कर शुद्ध धातवस्त्र धारण
कर कंधे पर एक उपवस्त्र लिये सन्ध्या के भासन पर
ॐ आगनायनमः कहताहुआ आयेते ।

इति त्रिकुटीविलासे प्रथमोऽध्यायः ।



नमो विश्वभराय जगदीश्वराय

त्रिकुटीविलास ।

VOL. I

Chapter II

भाग १

अध्याय २

सन्ध्याकर्मप्रारम्भः ।

ॐ पूर्णपरब्रह्मणे नमः

— ॐकारप्रोढमूलः क्रमपदसहितश्छन्दविस्तीर्णः
शाखः । ऋक्पत्रः सामपुष्पो यजुरधिकफलोऽथर्व
गन्धं दधानः ॥ यज्ञच्छायासमेतो द्विजमधुपर्कः
सेव्यमानः प्रभाते । मध्यं सायं त्रिकालं सुचरित-
चरितः पातुषो वेदवृद्धः ॥ १ ॥

सन्ध्या के आसन पर आने से पूर्व शारीरिक शुद्धिनिमित्त, दन्तधावन औ स्नानादि कर्म पूर्ण रीति से पूर्व अध्याय में कथन होचुके, अब इस अध्याय में वैदिकसन्ध्याविधि जिसका अधिकार सर्व संस्कार युक्त द्विजातिमात्र को है विस्तार पूर्वक वर्णन किय जाता है।

मध्य में अनेक प्रकार के उपद्रवों से यह क्रिया एकत्र लोप होगईथी, केवल नाम मात्र जहां तहां रहगईथी औ इसी कारण इस समय जितनी सन्ध्या की पुस्तकें छगचुकी है उन सबों में क्रिया का अनुक्रम ठीक न रहने से परस्पर बहुत विरोध और गोलमाल देखपड़ताहै, अतएव इस स्थान में सन्ध्या की क्रियाओं का शुद्ध अनुक्रम दियाजाताहै और सन्ध्याङ्ग कर्मों को अंकित करके यह स्पष्ट करदिया जाताहै कि किस क्रिया के पश्चात् क्या करना ।

ऋग, यजुः सामादि वेदों की अनेक शाखाओं के कारण जो भिन्न २ वेद औ शाखावालों की क्रिया में भेद है वह केवल मंत्रोंही का है अनुक्रम का नहीं, इस कारण निम्न लिखित अनुक्रम का सर्वप्रकार की सन्ध्यावालों के लिये विहित रखकर उनके मंत्रों में

जहां २ अन्तर है इस अध्याय में पूर्णप्रकार प्रकट कर दिया जाता है, अर्थात् इस अध्याय में सर्वप्रकार के वेदों की शाखावालों की सन्ध्या कथन की जाती है ।

सन्ध्याङ्गिका अनुक्रमः ।

- | | |
|-----------------------|-------------------------------|
| १ आसनम् | २ भूमार्थना (आसन शुद्धिः) । |
| ३ भूतशुद्धिः | ४ भस्मधारणम् |
| ५ शिखावन्धनम् | ६ रुद्राक्षमालाधारणम् |
| ७ आचमनम् | ८ प्राणायामः |
| ९ पवित्रधारणम् | १० इति पवित्रकरणम् |
| ११ सन्ध्या संकल्पः | १२ पुनराचमनम् |
| १३ मार्जनम् | १४ अभ्युपशानम् |
| १५ पुनर्द्विराचमनम् | १६ पुनर्मार्जनम् |
| १७ जलाघप्रदणम् | १८ अपमर्षणम् |
| १९ पापपुण्यनिरसनम् | २० अर्घ्यदानम् |
| २१ सूर्योपस्थानम् | २२ सूर्यनक्षत्रज्ञा |
| २३ पुनरासनस्थितिः | २४ पुनराचमनम् |
| २५ चतुर्विंशतिमुद्रा | २६ पुनश्च प्राणायामः |
| २७ गायत्रीपङ्क्त्यासः | २८ गायत्र्यावाहनम् |

२६ गायत्र्युपस्थानम्	३० गायत्रीरूपम्
३१ गायत्रीध्यानम्	३२ गायत्रीप्रार्थना
३३ गायत्रीशापविमोचनम्	३४ गायत्र्यस्तापा- हरणम्
३५ पुनश्च चतुर्विंशतिमुद्रा प्रदर्शनम्	३६ गायत्रीजपः
३७ अष्टमुद्राप्रदर्शनम्	३८ जपनिषेदनम्
३९ जपार्पणम्	४० सूर्यादिदिग्देवता- नां नमस्कारः
४१ प्रार्थना	४२ सन्ध्या विसर्जनम्
४३ गोत्रप्रबरोच्चारणम्	४४ अभिवादनम्
४५ पुनर्द्विगच्छनम्	४६ ईश्वरस्तुतिः
४७ शिखासुक्तिः	४८ शिखाबन्धनम्
४९ सन्ध्याङ्गगायत्रीतर्पणम्	५० सन्ध्याभूषणस्तिका वन्दनम् ।

—:०:—

प्रकट हो कि सन्ध्या के उपरोक्त पचासों अङ्ग
सर्व प्रकार के वेद औ शाखावालों के लिये विहित हैं,
केवल मन्त्रों में कहों २ भिन्नता है इसलिये इस स्थान
में प्रथम यजुर्वेदीयमाध्यन्दिनशास्त्रीयविधि वर्णन

कर उपरोक्त भिन्न अंगों के करने की गति उनके मन्त्र सहित विधिपूर्वक वर्णन की जाती है ।

—:३:—

यजुर्वेदीयमाध्यन्दिन शाखीयविधिः ।

॥ १ ॥

आसनम् ।

गोतायाम्—-गुर्वोदेशे प्रतिष्ठाप्य स्थिरमा-
सनमात्मनः । ताल्युच्छ्रितं नातिनीचं चैलाजिन-
कुशोत्तरम् ॥ तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा यतचित्तेन्द्रिय-
क्रियः । उपविश्यासने युञ्ज्याद्योगमात्मविशुद्धये ॥

अध्याय ६, श्लोक ११, १२ ।

टिप्पणीः—-कौशेयं कन्वलं चैव अजिनं पट्ट-
मेव च । दारुजं तालपत्रं वा आसनं परिकल्प-

येत् ॥ १ ॥ (आसनगुणाः)----कृष्णाजिने
 ज्ञान सिद्धिर्गोक्षः श्री व्याघ्रचर्मणि । वंशाजिने
 तव्याधिनाशः कम्बले दुस्वयोचनम् ॥ २ ॥ आ-
 सनपरिमाणं कालीपुराणे—चतुर्विंशत्यङ्ग
 लन्तु दीर्घं काष्ठासनं मत्स्य । षोडशाङ्गुल विस्तीर्णं
 मुत्सेधं चतुरङ्गुलम् ॥ ३ ॥ वास्त्रं द्विहस्तान्नो दीर्घं
 सार्धं हस्तान्न विस्तृतम् । त्र्यङ्गुलं तथोच्छ्रायं
 पूजाकर्मणि संश्रयेत् ॥ ४ ॥

टीका—पवित्र देश अर्थात् शुद्ध स्थान में जहाँ
 का वायु शीतल मन्द सुगन्ध ब्रह्मता हो, चारों ओर किसी
 प्रकार का दुर्गन्ध न हो, पुष्प, चन्दन और अगर इत्या-
 दि से सुगन्धित हो, बैठने की जगह न अति उच्च हो
 और न अति नीच हो, समतल (Level) हो, गृह में
 हो अथवा वाटिका, नदीतट इत्यादि विविक्तस्थान में
 हो, तहाँ कुशासन, तिस पर, मृगचर्म, तिस पर बस्त्र
 भली भाँति बिछा स्थिर आसन लगा अपने चित्त और
 इन्द्रियों की चाल को रोक एकाग्र मन करके आत्मा
 का संसार बन्धन छूटने के लिये योगाभ्यास करे ॥ ११,
 १२ ॥ व्यासजी जी कहते हैं कि रेशम, कम्बल, व्याघ्र

घों मृगचर्म, कपड़ों, काष्ठ अथवा तालपत्र का आसन * बनावे ॥ १ ॥ अब आसनों का गुण वर्णन करते हैं कि काले मृग के चर्म के आसन से ज्ञान की सिद्धि, व्याघ्र के चर्म से मोक्ष श्री लक्ष्मी, साधारण हरिण के चर्म से रोगों का नाश, और कम्बल से सर्वप्रकार के दुःखों का नाश होता है, इनसे अतिरिक्त वस्त्रादिकों के आसनों का फल साधारण है ॥ २ ॥ अब आसनों का परिमाण कहते हैं कालीपुराण में लिखा है कि यदि काष्ठ का आसन हो तो चौबीस अंगुल लम्बा, सोलह अंगुल चौड़ा और चार अंगुल ऊँचा होना चाहिये ॥ ३ ॥ पूजादि कर्म में वस्त्र का आसन दो हाथ से अधिक लम्बा, डेढ़ हाथ से अधिक चौड़ा और तीन अंगुल से अधिक ऊँचा नहीं होना चाहिये ॥ ४ ॥

उक्तप्रकार आसन बना नोचे लिखे विधि से आसन लगावैटे ।

सिद्धासनविधिः ।

चतुरशीत्यासनानि शिवेन कथितानि च ।

* लोहा, काँसा, सीसा, छिद्र सहित काष्ठ, वृग, पाषाण और पल्लव के आसन से दुरिद्रता, रोगोंकी उत्पत्ति और यश का हानि होती है, इसकारण इन वस्तुओंका आसन न बनावे ।

तेभ्यश्चतुष्कमादाय सारभूतं ब्रवीम्यहम् ॥ ३३ ॥
 सिंहं पद्मं तथा सिंहं भद्रं चेति चतुष्टयम् ।
 श्रेष्ठं तत्रापि च सुखे तिष्ठेत्सिद्धासने सदा ॥ ३४ ॥
 चतुरशीतिपीठेषु सिद्धमेव सदाभ्यसेत् ।
 द्वासप्ततिसहस्राणां नाडीनां मलशोधनम् ॥ ३७ ॥
 आत्मध्यायी मिताहारी यावद्द्वादशवत्सरम् ।
 सदा सिद्धासनाभ्यासाद्योगी निष्पत्तिमाप्नुयात् ॥ ४० ॥
 हठयोगप्रदीपिका प्रथमोपदेशः ।

टीका—चौरासी लक्ष आसन हैं अर्थात् जितने
 जीवजाति हैं तितनेही आसन हैं, उनके भेद केवल
 शीघ्रजी जानते हैं, उनमें चौरासी फिर चौरासी में चार
 मुख्य आसन जिनको चतुष्क कहते हैं, लिखात हैं
 जिनका नाम वर्णन करता हूँ ॥ ३३ ॥ सिद्धासन १
 पद्मासन २ सिंहासन ३ औ भद्रासन ४ इन चारों में
 भी श्रेष्ठ सिद्धासन है, इस कारण सदा सुख पूर्वक यह
 आसन लगाकर बैठे ॥ ३४ ॥ यह सिद्धासन जो
 चौरासी आसनों में श्रेष्ठ है, वहत्तर हजार नाड़ियों के
 मल को शोधन करनेवाला है, इसलिये सदा इसी आसन
 का अभ्यास करे ॥ ३६ ॥ आत्मा का ध्यान करने-
 वाला और मिताहारी अर्थात् प्रमाण से पथ्य पदार्थों

का भोजनकरनेवाला यदि द्वादश वर्ष बराबर इस आसन का अभ्यासकरे तो बिना किसी और परिश्रम के उसका योग सिद्ध होजावे ॥४०॥

अब वह सिद्धासन कैसे लगाया जाता है उसे वर्णन करते हैं ।

योनिस्थानकमंत्रिमूलघटितं कृत्वा दृढं विन्यसे-
न्मैत्रे पादमथैकमेव हृदये कृत्वा हनुं सुस्थिरम् ।
स्थाणुः संयमितेन्द्रियोऽचलदृशा पश्येदुर्वोरन्तरं
होतन्मोजकपाटभेदजनकं सिद्धासनं प्रोच्यते ॥ ३५ ॥

हठ० प्र० प्रथमोपदेशः ।

टीका—गुदा और उपस्थ के मध्य में जो स्थान है उसे योनिस्थान कहतेहैं । वाम गुल्फ (एड़ी) को योनिस्थान में लगावे, फिर दाक्षिण गुल्फ को मैट्र * स्थान में लगाय दोनों पैरों के अंगुलियों को गुदनहाराज के यतावेष्टुप मार्ग से जानु और ऊरु के मध्य पकड़ रखे, और हृदय के चार अंगुल ऊपर जो गड्ढाई है उसमें चिबुक धर्यान् ठुठ्ठो को लगाय दृढ़ कर विषयों

* उपस्थ ने ऊपर और नाभी से चार अंगुल नाचे मध्य स्थान को मैट्र कहतेहैं ।

से इन्द्रियों को रोकेहुए अचलदृष्टि कर नासिका * का अग्रभाग देखताहुआ भृकुटी के मध्य देखे, निश्चय मोक्ष के कपाट को खोलदेताहै ॥ ३५ ॥

जब आचमन, मार्जन औ अघमर्षण इत्यादि क्रिया करनी हो तब सिद्धासन का निचला भाग अर्थात् कटि से नीचे का भागमात्र रहेगा, किन्तु प्राणायाम और गायत्रीजप में तो सम्पूर्ण आसन ठीक लगा कटि, हृदय, पीठ, ग्रीव और मस्तक को सीधा सरल औ अचल रखनाहोगा। श्रीकृष्णचन्द्र आनन्दकन्द ने भी भर्जुन के प्रति कहाहै कि—

समंकाय शिरो ग्रीवं धारयन्नचलं स्थिरम्
संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन् ॥

गीता अध्याय ६ श्लोक १३।

एवमुप्रकार आसन लगा मन्त्रों के साथ सन्ध्यादि क्रियाओं को आरम्भकरे।

* नासाग्र, अवलोकन को ठीक करतेहुए पुतलियों को भ्रूमध्य में पहुँचा ठलठाकर ज्योतिर्दर्शन का गुप्त-साधन त्रिकुटी विलास भाग २ अ० १ पृष्ठ ४६ और ६९ में देखो, इसके बिना सिद्धासन सिद्ध नहींहोता।

विनियोगसिद्धान्तः ।

प्रकट हो कि जितने मन्त्र हैं उनके पढ़ने से पूर्व उनका विनियोग पद पृथिवी पर जल गिराना चाहिये । अर्थात् ऋषि, देवता आँ छन्द का तर्पण करना चाहिये, इसलिये इसस्थान में विनियोग का तात्पर्य देखला दिया जाता है ।

यैर्महात्मभिर्मन्त्रार्थां ज्ञाता यद्वा मन्त्रजपेन निद्वि-
लब्धा तएवतेषां मन्त्राणामृपय श्रानन् । ऋतेगु-
रोपदेशान्मन्त्रसिद्धिर्नैलभ्यते विनियोगेऽपि तर्प-
णेन तस्तिद्धिः सुलभा तस्मात् विनियोगे गुरु
तर्पणायर्पिसंयोगः । पाठे जपे वा यच्च हृदोन्वायण
मशुद्धज्ञातं तदोपपरिहारयैव छन्दोदेयस्य तर्पण-
मावश्यकम् । पाठे जपे वा मनो स्वेष्टदेवध्याना-
दन्यत्र गच्छति तदोप शान्तये देवतर्पणमावश्य-
कम् । तस्मादेव विनियोगः कर्त्तव्यः । येषु म-
न्त्रेन्द्राध्यात्मिकोऽर्थः कथ्यते तेषु जपपाठफलस्या
भावात्केवलमननप्रधानत्वाच्च विनियोगस्य प्रयो-
जनं नास्तीति ॥

टीका—जिन महात्माओं ने मन्त्रार्थ को जाना

अथवा मन्त्र जप से सिद्धि लाभ की वही उस मन्त्र के ऋषि हुए, और प्रकट है कि बिना गुरु उपदेश मन्त्र की सिद्धि प्राप्त नहीं होती इसलिये विनियोग में गुरुतर्पण के निमित्त ऋषितर्पण करने से वह सिद्धि सुलभ हो जाती है । पाठ अथवा जप में शब्दों धारण की अशुद्धियों के दोष निवारणार्थ छन्ददेवता का तर्पण आवश्यक है । फिर पाठ अथवा जप में मन अपने इष्टदेव के ध्यान को छोड़ यत्र तत्र मारा फिरता है तिस दोष की शान्ति निमित्त देवतर्पण आवश्यक है, इसकारण मन्त्रों के आदि में ऋषि, छन्द औ देवता का तर्पण किया जाता है । जिन मन्त्रों का आध्यात्मिक अर्थ किया जाता है उन में पाठ के अभाव औ केवल मनन प्रधानता के कारण विनियोग का प्रयोजन नहीं ।

वेद का एकही मन्त्र भिन्न २ कार्यो में लगाया जाता है, इस कारण जिस समय जिस कार्य में लगाया जावे उस समय उसी कार्य में विनियोग करना चाहिये, जैसे गायत्री मन्त्र से जब प्राणायाम किया जावेगा तब 'प्राणायामे विनियोगः' और जब केवल जप किया जावेगा तब 'जपे विनियोगः', पाठ किया जावेगा ऐसाही और को भी जानना ।

॥ २ ॥

भूप्रार्थना

(आसनशुद्धिः) ।

आसन पर बैठजाने के पश्चात् निम्नलिखित मन्त्र का विनियोग सहित पढ़कर पृथिवी की प्रार्थना करते हुए आसन का बगला फिनारा उलटा कुश से अथवा हाथ के अंगुलियों से जल छीट आसन शुद्ध करे ।

पृथिवीलक्ष्य—मेरुपृष्ठ ऋषिः । कूर्मोदेवता ।
सुतेतं छन्दः । आसने विनियोगः ॥

पृथिवी त्वया धृता लोकां देवि त्वं विष्णुना
धृता । त्वं च धारय मां देवि पवित्रं कुरु चासनम् ॥

एवम् प्रकार आसनशुद्धि कर आगे लिखे मन्त्र से भूतशुद्धि करे ।



॥ ३ ॥

भूतशुद्धिः ।

अपसर्पन्तु ते भूता ये भूता भूमिसंस्थिताः ।
 ये भूता विघ्नकर्तारस्ते नश्यन्तु शिवाज्ञया ॥
 अपक्रामन्तु भूतानि पिशाचाः सर्वतो दिशम् ।
 सर्वेषामविरोधेन सन्ध्याकर्म समारभे ॥

इस मन्त्र की पढ़ वायें पैर के पार्श्वभाग से
 अर्थात् एड़ी से तीनवार भूमि को ताड़नकरे तत्पश्चात्
 नीचे लिखे मन्त्र से भैरव को नमस्कार कर सन्ध्या की
 आज्ञा मांगे ।

तीक्ष्णदंष्ट्र महाकाय कल्यान्तदहनोपम ।
 भैरवाय नमस्तुभ्यमनुज्ञां दातुमर्हसि ॥

एवम् प्रकार भूतशुद्धि कर आगे लिखे मंत्र से
 भस्म धारणकरे ।

11 8 11

भस्मधाणम् ।

(तिलकः) ।

चृहन्नारदोये—स्नानं दानं जपो होमः
 सन्ध्यास्त्राध्यायकर्मच । ऊर्ध्वपुण्ड्रविहीनश्च-
 त्सर्वं निष्कलं भवेत् ॥ १ ॥ क्रियासारे—
 वामहस्ततले भस्म क्षिप्त्वाञ्छाद्यान्यपाणिना ।
 अग्निरित्यादि मन्त्रेण स्पृशन् भस्माभिमन्त्र्य च ॥ २ ॥
 शतः स मलिलंभस्म मध्याह्ने गन्धमिश्रितम् ।
 सायाह्ने निर्जलं भस्म एवंभस्म विलेपयेत् ॥ ३ ॥
 स्मृतिरत्नावलयाम्—ललाटे हृदये नाभौ
 गलेऽपि बाहुसन्धिषु । पृष्ठदेशे शिरस्येवं स्था-
 नेष्वेतेषु धारयेत् ॥ ४ ॥ मध्यमाऽनामिकाङ्गु-
 रनुलोमविलोमतः । अतिस्त्रिलम्बनायुष्मतिर्दार्ढ्यं तपः
 क्षयम् ॥ ५ ॥ नैत्राङ्गुलमाराणेन त्रिपुण्ड्रं धारयेद्-
 द्विजः । षडङ्गुलमाराणेन ब्राह्मणानां त्रिपुण्ड्रकर्म ॥ ६ ॥
 वृषाणांचतुरङ्गुल्यं वैश्यानां द्वयङ्गुलम्यतः । शूद्रा-

शामथ सर्वेषा मेकाङ्गुल्यं त्रिपुण्ड्रकम् ॥ ७ ॥
 काशीखण्डे--भूर्बोर्मध्यं समारभ्य यावदन्तो भवेद्-
 भू नोः । मध्यमाऽनामिकाङ्गुल्योर्मध्येतु प्रतिलोमतः ॥ ८ ॥

टीका—वृहन्नादीय में लिखा है कि स्नान, दान, जप, होम, सन्ध्या और अध्ययन इत्यादि क्रियायें विना ऊर्ध्वपुण्ड्र के निष्फल हो जाती हैं ॥ १ ॥
 क्रियासारे—दायें हाथ में भस्म लेकर दाहिने से प्रथम आच्छादन कर ॐ अग्निरिति * इत्यादि मन्त्रों से मर्दन और अभिमन्त्रण करे ॥ २ ॥ प्रातःकाल जलमिश्रित, मध्याह्नकाल गन्धमिश्रित और सायंकाल विना जल के सूखा भस्म धारण करे ॥ ३ ॥ स्मृतिरक्षावलि में लिखा है कि ललाट, हृदय, नाभी, गला, भुजाओं की सन्धियां, पीठ, मस्तक इतने स्थानों में भस्म धारण करे ॥ ४ ॥ मध्यमा, अनामिका और अंगूठा से अनुलोम विलोम अर्थान् दायें दायें फेरफार कर भस्म करें, बहुत छोटे से आंगु की हानि और बहुत बड़ों से तप का क्षय होता

* गायत्री मन्त्र से अथवा केवल ॐकार से भी अभिमन्त्रण कर सकते हैं ।

है इसकारण समान भस्म वा चन्दन करें ॥ ५ ॥ दोनों नेत्र के प्रमाण से त्रिषुण्ड्र धारणकरना चाहिये । त्राग्रण ६ अंगुल ॥ ६ ॥ क्षत्रिय ४ अंगुल, वैश्य २ अंगुल और शूद्र वा सब वर्ण केवल एक ही अंगुल विस्तार धारण करें ॥ ७ ॥ काशीखण्डे—दोनों भुजों के मध्य से आरम्भ करके अन्त तक मध्यमा * और अनामिका से फेरफार कर लगाना चाहिये ॥ ८ ॥

भस्ममर्दनमन्त्रः ।

विनियोगः—ॐ अग्निरिति, मन्त्रस्य—
पिप्पलाद ऋषिः रुद्रोदेवता, गायत्री छन्दः, भ-
स्माभिमन्त्रणो विनियोगः ।

ॐ अग्निरिति भस्म । वायुरिति भस्म ।
जलमिति भस्म । स्थलमिति भस्म । व्योमेनि
भस्म । सर्वं ह्वा इदं भस्म । मन एतानि चक्षुषि
भस्मानीति ॥

भस्माभिमन्त्रणमन्त्राः ।

विनियोगः—ॐ त्र्यम्बकमित्यस्य— वसिष्ठ

ऋषिः, रुद्रदेवता, वाइत्राह्नीत्रिष्टुप् छन्दः, भस्मा-
भिमन्त्रणो वि० ।

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिर्मुष्टिपुञ्जम् ।
उर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्यो मुक्त्युयमास्तुतः । त्र्यम्बकं
यजामहे सुगन्धिर्मुष्टिपुञ्जम् । उर्वारुकमिव
बन्धनान्मृत्यो मुक्त्युयमास्तुतः ॥

शु० य० अ० १३ मन्त्र ६० ।

विनियोगः—ॐ प्रसद्य इत्यस्य—विरूप
ऋषिः, अग्निदेवता, अलुष्टुप् छन्दः, भस्माभिमन्त्र-
णो वि० ।

ॐ प्रसद्य भस्मना योनिं पश्य पृथिवीमग्ने ।
सऽसृज्यमातृभिष्टृज्योतिष्मान् पुनरात्तदः ॥

शु० य० अ० १२ मन्त्र ३८ ।

उक्त प्रकार अभिमन्त्रण कर नीचे लिखे मन्त्र से
भस्म धारण करे ।

भस्मधारणमन्त्रः* ।

विनियोगः—ॐ त्र्यायुषमित्यस्य, नारायण
श्रुतिः, उष्णिक् छन्दः, आशीर्देवता, भस्मधारणो
विनियोगः ।

ॐ त्र्यायुषममर्दः कुर्यपस्य त्र्यायुषम् ।

यद्वेवेमुत्रत्र्यायुषन्तन्तोस्तु त्र्यायुषम् ॥

शु० ग० अ० ३ मन्त्र ६२ ।

प्रकट हो कि भस्म अथवा चन्दन ऊर्ध्वपुण्ड्र
अथवा त्रिपुण्ड्र किसी प्रकार का होवे इन्ही मन्त्रों से
धारणकरे, ऊर्ध्वपुण्ड्र मट्टी से, त्रिपुण्ड्र भस्म से, औ
दोनों चन्दन से करना चाहिये † । ब्रह्मपुराण में लिखा
है कि—

पर्वताग्रे नदीतीरे समन्तेने विशेषतः ।

सिन्धुतीरे च बल्मीके तुलसीमूल माश्रिता ॥

* केवल उंक्ता अथवा गायत्री से भी भस्ममर्दन,
अभिमन्त्रण औ धारण कर सकते हैं ।

† कोर्ट (कचहरी) जानेवाले ऑफीसर, अमले इत्या-
दि यदि भस्म वा तिलक लगाने में कुछ लज्जा समझतेहों
तो केवल जलहों का चन्दन करें, शास्त्रों में विहित है ।

जान्द्वीतीरसम्भूता द्वात्रिंशत्पुद्गवा तथा ।
मृद एतास्तु सम्पाद्या वर्जयेदन्यमृत्तिकाः ॥

अर्थात् पर्वत का अग्रभाग, नदीतीर, गमक्षेत्र, सिन्धु-
ट, बलमीक, तुलसी का मूल, गङ्गातट औ द्वारका
इतने स्थानों की मट्टी लेनी चाहिये, इनसे इतर स्थानों
की मट्टी चार्जित है । फिर “अग्निहोत्राग्निजं भस्म
विरजाहोमजं तथा ऽऽऽ. ऽऽऽ. अर्थात् यदि भस्म लेना
हो तो अग्निहोत्र के अग्नि का विरजाहोम, औपासनं,
काष्ठ, श्रौतिय ब्राह्मण के प्राकशाला, दावानल औ गोमय
(गोबर) का भस्मलेना ।

एवमुप्रकार भस्मधारण के पश्चात् शिखाबन्धन करे ।

—):#:(—

॥५॥

शिखाबन्धनम् ।

चतुर्विंशतिमते—स्नाने दाने जपे होमे
सन्ध्यायां देवतार्चने । शिखाग्रान्धि विना कर्म

नकुर्याद्वै कदाचन ॥ १ ॥ मध्येतु वह्नुचाश्चैव
निवर्ध्नायुः शिखां ततः । माध्यन्दिनाश्च ये विष्माः
पार्श्वे दक्षिणतः क्रमात् ॥ २ ॥ वामपार्श्वे तु वशी-
यु र्ये विष्मा सामगायनाः । मानस्तेकेन मन्त्रंश्च
शिखावन्धं तु कारयेत् ॥ ३ ॥ नागदेवः—
स्पृत्वोङ्कारञ्च गायत्रीं निवर्ध्नीयच्छिखां ततः ।
पुनराचम्य हृदयं बाहू स्कन्धौ च संस्पृशेत् ॥ ४ ॥
संस्कारभास्करे—खल्वाटत्वादिदोषेण विशि-
खश्चेन्नरो भवेत् । कौशी तदा धारयेत् ब्रह्मग्रन्थि
युतां शिखाम् ॥ ५ ॥

टीका—चतुर्विंशति में वर्णन है कि स्नान, दान,
जप, हवन, सन्ध्या औ देवपूजन, बिना शिखावन्धन
कदापि न करना ॥ १ ॥ ऋग्वेदवाले मध्य में, यजुर्वेद
माध्यन्दिन शाखावाले, दक्षिण पार्श्व अर्थात् दाहिनी
ओर ॥ २ ॥ और सामवेदवाले बायें ओर 'मानस्तेके'
मन्त्र से शिखा बांधें ॥ ३ ॥ अथवा केवल ॐकार वा
गायत्री मन्त्र से शिखा बांधें । शिखा बांध आचमन कर
हृदय, भुजा और कन्धों को स्पर्श करें ॥ ४ ॥ संस्कार
भास्कर में लिखा है कि, खल्वाटादि दोष से जिसको
शिखा न हो वह कुश की शिखा बनाकर मस्तक में
बांधें ॥ ५ ॥

शिखाबन्धनमन्त्रः ।

विनियोगः— मानस्तोके इत्यस्य—निचृदा
ऋषिः, जगती छन्दः, रुद्रदेवता, शिखाबन्धने विनि-
योगः ।

मानस्तोके तनये मा नुआयुषि मा नो
गोषु मा नो अथेषु रीरिषिः । मानो वीरानु-
द्रुमामिनो वधीर्हविर्जन्तस्सदुमिर्त्वा हवामहे ॥

शु० य० अ० १६ मन्त्र १६ ।

एवम् प्रकार शिखाबन्धन के पश्चात् नीचे लिखे
विधि से माला धारण करे ।

॥६॥

मालाधारणम् ।

वाचस्पतावीश्वरः—रुद्राक्षा यस्य गात्रेषु

ललाटे च त्रिपुण्ड्रकम् । स चाण्डालोऽपि सङ्गुज्यः
सर्ववर्णोत्तमो भवेत् ॥ १ ॥ अभक्तो वा विभक्तो
वा नीचो नीचतरोऽपि वा । रुद्राक्षान्वारयेद्यस्तु
मुच्यते सर्वपातकैः ॥ २ ॥ सहस्रवारयेद्यस्तु रु-
द्राक्षाणां धृतव्रतः । तं नमन्ति सुराः सर्वे यथा-
रुद्रस्तथैव सः ॥ ३ ॥ नागदेवः—अरिष्टपत्रं
वीजं च शङ्खञ्चौ मणिस्तथा । कुशग्रन्थिश्च रु-
द्राक्ष * उत्तमं चोत्तरोत्तरम् ॥ ४ ॥

टीका—वाचस्पतीश्वरः—जिस के अंग में रुद्राक्ष
औ ललाट में त्रिपुण्ड्र होवे वह चाण्डाल भी सब वर्णों में
उत्तम और पूज्य है ॥ १ ॥ भक्त हो वा अभक्त हो
नीच से भी नीच हो परन्तु रुद्राक्ष धारण करते ही सर्व
पाप रहित होजाता है ॥ २ ॥ जो नियम पूर्वक एक
सहस्र रुद्राक्ष धारण करे वह रुद्र ही के समान सर्व
देवताओं से पूज्य है ॥ ३ ॥ नागदेवः—रीठे का पत्ता
अथवा वीज, शंख, कमल, मणि, कुश का गाँठ, रुद्राक्ष
इन सब मालाओं में उत्तर से उत्तर श्रेष्ठ है ॥ ४ ॥

* मूला, मुक्ता, स्फटिक, तुलसी और स्वर्ण की माला भी
धारण कर सकते हैं ।

मालाधारणमन्त्रः ।

विनियोगः—ॐ त्र्यम्बकमित्यस्य (वसिष्ठ ऋषिः, वाइत्राह्नीत्रिष्टुप् छन्दः, रुद्रोदेवता, माला धारणे वि०) ।

त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिर्मुष्टिं वर्द्धनम् ।
(देखो पृष्ठ ६२) ।

एवम्प्रकार माला धारण के पश्चात् आगे लिखे विधि से आचमन करे ।

॥ ७ ॥

आचमनम् ।

विदित होवे कि यह आचमन षड्विध अर्थात् ६ प्रकार का है शुद्ध, स्मार्त, पौराणिक, वैदिक, श्रौत औ तान्त्रिक । मलमूत्र कर्म में शुद्ध । भिन्न २ कर्मों में स्मार्त और पौराणिक । ब्रह्मयज्ञादि में वैदिक औ श्रौत । औ अस्त्रविद्यादि कार्यों में तान्त्रिक ॥

सन्ध्याकर्मारम्भ में स्मार्त आचमन प्रशस्त है, इस कारण स्मार्त आचमन की विधि नीचे लिखी जाती है ।

आह्निककारिकासु—प्रणवं पूर्वमुच्चार्य
चतुर्विंशतिसंख्यया । स्वाहान्तं प्राशयेद्वारि नमो-
न्तं स्पर्शयेत्तथा ॥ १ ॥ दक्षिणेनोदकं पेयं दक्षं
वामेन संस्पृशेत् । तावन्न शुष्यते तोयं यावद्वामो
न युज्यते ॥ २ ॥ नागदेवः—संहतःकुलिना
तोयं गृहीत्वा प्राणिना द्विजः । मुक्तङ्गुष्ठकनिष्ठेन
शेषेणाचमनं चरेत् ॥ ३ ॥ माषमात्रसुवर्णस्य यत्र
मज्जति वै मणिः । एतदाचमनं प्रोक्तं पवित्रं काय-
शोधनम् ॥ ४ ॥ भरद्वाजः—आयतं पर्वणां कृत्वा
गोकर्णाऽऽकृतित्वत्करम् । एतेनैव विधानेन द्विज-
आचमनं चरेत् ॥ ५ ॥ ठ्यासः—अथः प्राणिनस्वे
स्पृष्ट्वा आचामेधस्तु वै द्विजः । सुरापानेन तत्तुल्य
मित्येवमृषिरव्रवीत् ॥ ६ ॥ पैठीनसिः—जानु-
दघ्नजले नद्यास्तिष्ठन्नेवाचमेद्द्विजः । जानोस्तुर्ध्वं
जले तिष्ठन्नाचान्तः शुचितामियात् ॥ ७ ॥

आह्निककारिका—आगे लिखेहुए २४ मन्त्रों
से आचमन करे, मन्त्रों के पूर्व में ॐकार उच्चारण
कर 'स्वाहा' शब्दोच्चारण तक जल पीवे औ 'नमः'

शब्दोच्चारण तक भिन्न २ गङ्गों को (जैसा बागें दि-
खलावेंगे) स्पर्श करे ॥ १ ॥ दाहिने हाथ में जल
लेकर वाम हस्त की तर्जनी वा मध्यमा से दाक्षिणहस्त
का पृष्ठभाग स्पर्श करता हुआ जल पीवे, क्योंकि बिना
वाम हस्त के स्पर्श किये जल शुद्ध नहीं होता ॥ २ ॥
नागदेव—मध्य के अंगुलियों को एकसंग जोर अंगूठे
और कनिष्ठिका को खोले हुए हाथ में जल ले आचमन
करे ॥ ३ ॥ उड्डद के बराबर सोनेका मोती जितने
जल में डुब जावे इतना जल लेकर आचमन करे इस
से शरीर का मल शुद्ध हो पवित्र होता है ॥ ४ ॥
भरद्वाज का वचन है कि अंगुलियों के नाडों को फै-
लाकर गऊ के कान के समान हाथ बना आचमन
करे ॥ ५ ॥ व्यासजी कहते हैं कि जो द्विज नख स्पर्श
किये हुए जल से आचमन करता है वह सुरा के तुल्य
है ॥ ६ ॥ पैंटीनसी का वचन है कि यदि नदी आदि
में आचमन करना हो तो जानु तक जल में खड़ा हो
कर आचमन कर, जानु से ऊपर जल में करने से
पवित्रता नहीं होती ॥ ७ ॥

ज्ञात होवे कि द्विजों के हाथ में पांच तीर्थ

निवास करते हैं, ब्राह्मम् * १, दैवम् २, पैत्रम् ३, प्राजापत्यम् ४, सौमिकम् ५, इनमें से ब्राह्मतीर्थ के जल से सन्ध्याङ्ग आचमन करे ।

ब्राह्मण हृदय तक, क्षत्रिय कण्ठ तक और वैश्य तालू तक भीग जाने के योग्य जल से आचमन करे, शुद्ध केवल होंठ से स्पर्श करा बाहर छोड़देवे ।

अब आचमन के मन्त्र और विधि नीचे लिखे जाते हैं ।

आचमनमन्त्राः ।

- | | |
|-----------------------|--|
| १. ॐ केशवायनमः स्वाहा | } इन तीनों मन्त्रों से उक्त कथन किये प्रकार से आचमन करे अर्थात् जल को पीजावे । |
| २. ॐ नारायणायनमः,, | |
| ३. ॐ माधवायनमः ,, | |
| ४. ॐ गोविन्दायनमः | (इस से दाहिने हाथ का प्रक्षालन करे अर्थात् धोडाले) |
| ५. ॐ विष्णवे नमः | } इन दोनों से ऊपर और नीचे के दोनों होठों को प्रक्षालन करे । |
| ६. ॐ ब्रह्मरूपेणायनमः | |

* हाथ को निचली रेखा के स्थान में ब्राह्म, अंगुलियों के नोक में दैव, अंगूठे के मध्यप्रदेशमें पैत्र, कनिष्ठा के आदि में प्राजापत्य, और मध्य में सौम्य तीर्थ है ।

- ७ ॐ त्रिविक्रमायनमः (भोष्ठ का प्रोक्षण करे अ-
र्थात् जल छींट पवित्र करे)
- ८ ॐ वायनायनमः (जल को अभिमन्त्रण करे)
- ९ ॐ श्रीधरायनमः (बायें हाथका प्रक्षालन करे)
- १० ॐ हृषीकेशायना } दाहिने और बायें पांव का
११ ॐ पद्मनाभायनमः } प्रक्षालन करे ।
- १२ ॐ दामोदरायनमः (मस्तक पर जल छींट प-
वित्र करे ।
- १३ ॐ संकर्षणायनमः (नीचेवाले होंठ का प्रोक्षण
करे ।
- १४ ॐ वासुदेवायनमः } दाहिने औ बायें नासापुटों
१५ ॐ प्रद्युम्नायनमः } को स्पर्श करे ।
- १६ ॐ अनिरुद्धायनमः } दाहिने औ बायें नेत्रों को
१७ ॐ पुरुषोत्तमायनमः } स्पर्श करे ।
- १८ ॐ अधोक्षजायनमः } दाहिने औ बायें कानों को
१९ ॐ नरसिंहायनमः } स्पर्श करे ।
- २० ॐ अच्युतायनमः (नाभी स्पर्श करे) ।
- २१ ॐ जनार्दनायनमः (हृदय स्पर्श करे ।
- २२ ॐ उपेन्द्रायनमः (मस्तक स्पर्श करे) ।
- २३ ॐ हरयेनमः } दक्षिण और वाम भुजाओं
२४ ॐ श्रीकृष्णायनमः } को स्पर्श करे ।

एवम्प्रकार आचमन कर आगे लिखे विधि से प्राणायाम करे ।



प्राणायामः ।

विदित हो कि सन्ध्या में प्राणायामही मुख्य क्रिया है जिसके सिद्ध होजाने से प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि की भी सिद्धि होती है, इसीकारण वेद ने वचनही से अर्थात् जिस दिन से गले में पड़ोपवीत पड़ा उसी दिन से इसके अभ्यास की आज्ञा दी, किन्तु बड़े शोक की बात है कि इन दिनों यह क्रिया एकदम ऐसी लोपसी देखपड़ती है, कि बहुतेरे बुद्धिमान षड्शास्त्रवेत्ता पाण्डित जो शास्त्रों में तो अतिही प्रवीण हैं किन्तु एकदम प्राणायाम क्रिया रहित हैं, यह कह उठते हैं कि सन्ध्या का प्राणायाम कुछ और है और योग का प्राणायाम और है, यह सुनकर एकदम हंसी आती है, उनकी बुद्धि पर शोक होता है,

और नेत्रों से अभ्रुपात होने लगता है कि, हाय वे दिन कहां गये कि, इस देश के छोटे २० ब्राह्मणों के बच्चे शृंगी के समान केवल प्राणायामही के बल से परिज्ञित सदृश बड़े २ चक्रवर्त्ती राजाओं को शापद्वारा ध्वंस कर दे सकते थे, जिस प्राणायाम के बल से विश्वामित्र के समान और सृष्टि और संहार में समर्थ हो राजर्षि से ब्रह्मर्षि का पद प्राप्त करते थे, जिस प्राणायाम के बल से हजारों लाखों वर्ष की आयु, रोगों की हानि, सर्व सुख लाभ, और ईश्वर की प्राप्ति होती थी । आज केवल इसी क्रिया के अभाव से किसी क्रियाकी भी सिद्धि नहीं होसो, तर्पण, हवन, दान, जप, यज्ञ और तप सब मिथ्या हो रहे हैं । अगस्त्यसंहिता का वचन है कि—

प्राणायामैर्विना यद्यत्कृतं कर्म निरर्थकम् ।

अतो यत्नेन कर्तव्यः प्राणायामः शुभार्थिना ॥

अर्थात् बिना प्राणायाम के और सब कर्म धर्म निरर्थक हैं, इसकारण शुभार्थियों को उचित है कि प्राणायाम यत्नपूर्वक करे । वर्त्तमान काल में जाति अथवा पाण्डित्य के भय से जो कोई प्राणायाम करता भी है तो वह ठीक नाट्यशाला (Theatre) के स्वांग मात्रही होता है, यथार्थ नहीं होता ।

केवल पुस्तक पढ़ने से भयवां मन्त्रों का अर्थ साधलेने से यह क्रिया नहीं आती, यह केवल गुरुही द्वारा जानीजातीहै, जबतक साधक नाड़ियों का भेद चक्रों के स्थान और श्वास की-चाल, भली भांती गुरु द्वारा न जानलेवे तबतक यह क्रिया सिद्ध नहीं होती इस कारण इस सन्ध्या के साथ 'षट्चक्रनिरूपण' और 'प्राणायामविधि' भी दो अध्यायों में छाप कर प्रकाश करदियेगयेहैं जिनके देखने से प्राणायाम की गुप्त बातें ज्ञात होतीहैं और इस क्रिया के करने की श्रद्धा उपजती है। श्रद्धा होतेही गुरु भी प्राप्त होताहै।

प्राणायाम से लाभ ।

इस क्रिया से चञ्चलता दूर होतीहै, प्राण और मन दोनों स्थिर होतेहैं इसलिये सन्ध्या में स्थिरता पूर्वक इष्टदेव के ध्यान में मन लगाने के निमित्त प्राणायाम की आवश्यकता है। श्रीस्वामी स्वात्माराम योगीन्द्र ने लिखा है कि—

चले वाते चलं चित्तं निश्चले निश्चलं भवेत्

योगी स्थाणुत्वं माप्नोति ततो वायुं निरोधयेत् ॥

अर्थात् वायु के चलायमान होनेसे चित्त भी चलाय-

मान होता है और स्थिर होनेसे चित्त भी स्थिर होता है इस कारण धृति की स्थिरता निमित्त वायु निरोध अर्थात् प्राणायाम की आवश्यकता है, वायु के निरोध से चित्तका निरोध अवश्यही होगा अतएव गायत्री जप में धृति की स्थिरता निमित्त प्राणायामही की आवश्यकता है। फिर अङ्गिरा का वचन है कि—

दह्यमानोऽनुतापेन कृत्वा पापानि मानवः ।

शोचमानस्त्वहोरात्रं प्राणायामैर्विशुद्ध्यति ॥

अर्थात् जो प्राणी दिन रात पापों के ताप से जलता हुआ शोकग्रस्त हो रहा है, वह प्राणायामही से शुद्ध होता है, गौहत्या, भ्रूणहत्या औ ब्रह्महत्या इत्यादि पापों से भी प्राणायामही द्वारा छूट जाता है। फिर कात्यायन का वचन है कि—

त्र्योमिति व्याहरन् विप्रो यथाविधि समाहितः ।

प्राणायामैस्त्रिभिः पूतस्तत्क्षणाज्ज्वलतेऽग्निवत् ।

यथा पर्वतधातूनां दोषान् हरति पावकः ।

एवमन्तर्गतं पापं प्राणायामेन दह्यते ॥

अर्थात् जो विप्र ओंकार सहित व्याहृति इत्यादि के साथ कम से कम तीन प्राणायाम करता है वह पापों से शुद्ध हो अग्नि के समान भस्मका हो जाता है। फिर जैसे

अग्नि के संस्कार से पर्वत के धातुधों का मल नाश होकर शुद्ध निर्मल धातु स्वर्ण, रजत इत्यादि निकल आते हैं ऐसे ही प्राणायाम से अन्तर्गत सर्व पाप भस्म होजाते हैं औ शरीर शुद्ध होजाता है, फिर मनु का भो वचन इसी अर्थ में है कि—

दहन्ते ध्मायमानानां धातूनां हि यथा मलाः ।
तथेन्द्रियाणां दहन्ते दोषाः प्राणस्य निग्रहात् ॥

सन्ध्या के समय केवल तीन प्राणायाम करलेने से अनेक प्रकार के लाभ होते हैं ।

यदि कोई साधक एक अथवा दो माला जप प्राणायामही के साथ करे तो अतिही उत्तम, क्योंकि कुम्भक में गायत्रीजप का सहस्रों गुण अधिक फल होता है ।

प्राणायाम के अङ्गों का वर्णन ।

शौनकः—प्राणं व्याहृतीः सप्त गायत्रीं शिगसा सह । त्रिः पठेदायतप्राणः प्राणायामः स उच्यते ॥

अर्थात् शौनक कहते हैं कि प्राणवसहित व्याहृति, गायत्री और शीर्ष के साथ तीन बार प्राण के आयाम करने से प्राणायाम कहलाता है ।

अब जानना चाहिये कि प्राणायाम में तीन क्रियायें हैं, पूरक, कुम्भक और रेचक, तीन मन्त्र हैं, सप्तव्याहृति, गायत्री और शीर्ष, और तीन बन्ध हैं मूल, जालन्धर और उड्डियान, इस कारण मन्त्र और बन्धों के सहित प्राणायाम करना ।

नाम क्रिया	मन्त्र	बन्ध *
पूरक	सप्तव्याहृति	मूल
कुम्भक	गायत्री	जालन्धर
रेचक	शीर्ष	उड्डियान

॥ पूरकः ॥

योगियाज्ञवल्क्यः—नासापुटेनानिलमेव
वाह्यमाकृष्य तेनैव शर्नः समस्तम् । नाडीषु
सर्वासु च पूरयेद्यः स पूरको नाव महान्निरोधः ॥
नागदेवः—वाह्यवायोरन्तः प्रवेशनं पूरकः ।

टीका—योगियाज्ञवल्क्य का बचन है कि धीरे २ वायु नासापुट की सहायता से खींच कर शरीर के सादे

* बन्धों का वर्णन देखो त्रिकुटीविलास भाग २ अध्याय १ पृष्ठ ३७ से ४० तक ।

तीन लक्ष नाड़ियों को भर देने का नाम पूरक है। 'नागदेव' ने भी कहा है, कि बाहर के वायु को भीतर प्रवेश करना पूरक कहा जाता है, किन्तु प्यारे प्राणायाम करनेवालों उनके बचनों का अर्थ ऐसा न समझ लीजिये कि नासिका के किसी छिद्र से बाहर के वायु को खींचना पूरक है, जैसा आजकल के प्राणायामवाले केवल पुस्तक देख कर लिंया करते हैं वह 'बाह्यमाकुप्य' (बाहर से वायु लेना) इसका कुछ और तात्पर्य है, यहाँही गुरु की आवश्यकता है, जो शिष्य के समीप स्वयं वायु को आकर्षण कर दिखलावे, जब आप इस क्रिया को प्रत्यक्ष देखेंगे कि खींचनेवाले ने किस प्रकार खींचकर पूरक कर लिया तब ज्ञात होजावेगा कि बाहर से वायु खींचने से पूरक नहीं होता किन्तु भीतर से अर्थात् मूलद्वार से खींचने से स्वयं बाहर का वायु नाड़ियोंमें भरता जाता है। प्राणायाम में जो कुछ कठिनता है और गुप्त रहस्य है वह इसी पूरक में है, पूरक साध्य होजाने से यह क्रिया सहज में सिद्ध होजाती है।

अपाने जुहति प्राणं प्राणोऽपानं तथापरे ।

प्राणापानगती रुन्वा प्राणायामपरायणाः ॥

गीता अध्याय ४ श्लोक २६ ।

अर्थात् कितने प्राणायामवाले अपानवायु में प्राण को और कितने प्राणवायु में अपान को हवन करते हैं और कितने प्राण, अपान, दोनों की गति रोक कुम्भक करते हैं, विचार कर देखिये कि शरीर में प्राण और अपान वायु का निवास कहाँ २ है 'गुदेऽपानः हृदि प्राणः' गुदा स्थान में अपान और हृदय में प्राणवायु है, फिर परस्पर दोनों वायु के हवन करने का तात्पर्य यही है कि पूरक के समय मूलबंध कर मूलद्वार से वायु हृदय की ओर खींचा जावे, और रेचक में हृदय की ओर से मूलद्वार को गिराया जावे, ऐसा करने से आप से आग बाहर का वायु भीतर के साढ़े तीन लक्ष नाड़ियों को भर देगा, इसको सद्गुरु से अवश्य ही देख लेना ।

॥ कुम्भकः ॥

योगियाज्ञवल्क्यः—नरेचकं नैवतु पूरकं वा नासाग्रभागे स्थितमेव वायुम् । सुनिश्चलं धारयति क्रमेण 'कुम्भाख्य' मेतं प्रवदन्ति तज्ज्ञाः ॥
नागदेवः—प्रवेशितस्य धारणं कुम्भकः ॥
अर्थात् जब वायु न ऊपर खींचा जावे न नीचे उतारा जावे किन्तु नासाग्र भाग अर्थात् त्रिकुटी में स्थिर दृढ़

निश्चल कर रोक दिया जावे उसे बुद्धिमानों ने कुम्भक कहा है, फिर नागदेव भी कहते हैं कि, प्रवेश किये हुए वायु को धारण करने का नाम 'कुम्भक' है। इसी कुम्भक के समय जालन्धरबन्ध कर गायत्री द्वारा इष्टदेव का ध्यान किया जाता है, जिसका वर्णन आगे प्राणायाम क्रिया में किया जावेगा। उचित है कि कुम्भक करनेवाले बल से अधिक कुम्भक न करें, नहीं तो हानि होगी और वायु कोप कर नाड़ियों को विदीर्ण करेगा। हृदय, म्रूमध्य, और ब्रह्मरन्ध्र ये तीनों स्थान शरीर में कुम्भक करने के अर्थात् वायु को रोक रखने के हैं।

॥ रेचकः ॥

योगियाज्ञवल्क्यः—निःसार्य नासा-
विवरादंशं प्राणं वहिः शून्यं इवानिलेन। निर-
च्छ्वसंस्तिष्ठति चोर्ध्ववायुः स रेचको नाम महा-
निरोधः ॥ नागदेवः—वृत्तस्य वहिर्निःसा-
रणं "रेचकः" ॥ योगी याज्ञवल्क्य कहते हैं कि नासिका के छिद्र होकर वायु को बाहर निकाल भ्वास को ऊर्ध्व गेरे हुए अनिल को बाहर शून्य स्थान में धारण कर निःश्वास हो उठरजाने का नाम "रेचक"

रूपी महानिरोध है। फिर नागदेव भी कहते हैं कि, “कुम्भक” के रोकेहुए वायु को बाहर निकाल देने का नाम, “रेचक” है (सद्गुरु द्वारा जानना) इस क्रिया में सदा ध्यान रखना होगा कि, अधिक वेग से वायु नीचे न गिरे धीरे-धीरे जैसे पिपीलिका चलती है तैसे वायु भी नीचे उतरे, याज्ञवल्क्य ने कहा है कि—

येन सक्तून् करस्थांश्च निःश्वांसो नैव चालयेत् ।

शनैर्नासापुटाद्वायुमुत्सृजेन्नतु वेगतः ॥

अर्थात् हाथ में सक्तू रख कर ऐसे धीरे-धीरे वायु को रेचक करे कि वायु उस सक्तू में लगे, किन्तु वह सक्तू उड़ने न पावे। पूरक को भी इसी प्रकार धीरे-धीरे करना, यदि पूरक कभी वेग से होजावे तो उतनी हानि नहीं किन्तु रेचक तो कभी भूलकर भी वेग से न हो।

अब इस स्थान में सन्ध्याङ्गप्राणायाम विधि वर्णन किया जाता है।

प्राणायामविधिः ।

कात्यायनपरिशिष्टसूत्रे----वाङ्म

आस्ये नसोः प्राणोऽक्ष्णोश्चक्षुः कर्णयोः

श्रोत्रं बाह्वोर्बलमूर्वोरोजोऽरिष्टानि मेहानि
तनूस्तन्वा मे सह ॥

टीका—प्राणायाम क्रिया के द्वारा मुख में वचन, नासिका में प्राण, नेत्र में दृष्टि सत्ता अर्थात् प्रकाश, कानों में श्रवण शक्ति, भुजाओं में बल, और जांघों में उत्तम पराक्रम, एवम्प्रकार मेरे सब अङ्गों में अभिलिखित शक्तियाँ मेरे सहित उन्नति करें। तात्पर्य यह है कि प्राणायाम करनेवाले की शारीरिक औ मानसिक (Physical & mental) सब शक्तियाँ पुष्ट होजानी हैं, वह प्राणायाम दो प्रकारका है 'अगर्भ' औ 'सगर्भ'।
देवीपुराण—श्रुतिस्मृत्यादिकर्मादौ सगर्भः प्राण-
संयमः । अगर्भो ध्यानमात्रं तु स चामन्त्रः प्रकीर्तितः ॥
अर्थात् श्रौत, स्मार्त, कर्म में जो मन्त्रों के साथ प्राणा-
याम कियाजाताहै वह सगर्भ और जो केवल ध्यान
मात्र बिना मन्त्रों के कियाजाताहै वह अगर्भ है।
सन्ध्या में तो सदा सगर्भ ही प्राणायाम कियाजाता है
इस कारण इस सन्ध्या में सगर्भ प्राणायाम का वर्णन
कियाजाता है।

साङ्ख्यवत्त्वयः—सव्याहृति

सप्तशुक्ला

गायत्री शिरसासह । त्रिः पठेदायतप्राणः प्राणा-
यामः स उच्यते ॥ अर्थात् प्रणवसहित सातों व्या-
हृतियों, गायत्री और शीर्ष, इन तीनों के सहित
अर्थात् प्राणायाम मन्त्र के साथ जो प्राण को आयाम
कर पूरक, कुम्भक और रेचक किया जाता है वही सगर्भ
प्राणायाम है ।

प्राणायाम मन्त्रः ।

विनियोगः—प्राणवपूर्वकद्वादशाक्षरीमन्त्र-
स्य परब्रह्म ऋषिः । परमात्मादेवता । दैवीगायत्री
छन्दः । सप्तानां व्याहृतानां विश्वामित्र जमदग्निभरद्वा-
जगौतमात्रिवसिष्ठकश्यपाऋषयः । अग्निर्वायु सूर्यवृह-
स्पतिवरुणोन्द्र विश्वेदेवा देवताः । गायत्र्युष्णिगनुष्टुप्छन्दः ।
पङ्क्तित्रिष्टुब्जगत्यश्छन्दांसि ॥ तत्सवितु रित्यस्य-
विश्वामित्र ऋषिः । सविता देवता गायत्री छन्दः ॥
तथाच आपोज्योति रित्यस्य—प्रजापतिऋषिः ।
ब्रह्माग्निवायु सूर्या देवताः । यजुश्छन्दः सर्वेषां
प्राणायामे विनियोगः ॥

ॐ भूः । ॐ भुवः । ॐ स्वः । ॐ

महः । ॐ जनः । ॐ तपः । ॐ सत्यम् ।

ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भूर्भुवः ॥ ॐ आपो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म
धूम्रवः स्वरोम् ॥

तै० प्रपा० १० अ० १७ ।

अब देखा जाता है कि उक्त प्राणायाम मन्त्र में
तीन खण्ड हैं, १ सप्तव्याहृतिः ('ॐ भूः' से 'ॐ
सत्यं' तक), २ गयत्री ('ॐ तत्सवितुः' से 'प्रचोद-
यन्' तक), ३ शीर्ष ('आपोज्योति' से 'स्वरोम्' तक)
प्राणायाम के समय इन्हीं तीन मन्त्रों से पूरक, कुम्भक
और रोक किये जाते हैं। अर्थात् सप्तव्याहृति से पूरक
गयत्री से कुम्भक और शीर्ष से रोक ।

प्राणायाम आठ प्रकार के हैं, (सूर्यभेदन १,
उज्जायी २, सीतकारी ३, शीतली ४, भस्त्रिका ५,
धूमरी ६, मूर्च्छा ७, पुत्रिणी ८,) । इन आठों
का वर्णन त्रिकुटीयेलाम भाग २ अध्याय १ पृष्ठ ४३
से ५२ तक पूर्ण प्रकार से किया हुआ है देखलेना ।

इन आठों में से सन्ध्या के समय केवल धूमरी
जो सवे में सुचय है करनीचाहिये इसकारण इस स्थान
में धूमरी प्राणायाम बतलाया जाता है ।

वेगाद्धोषं पूरकं भृङ्गनादं भृङ्गीनादं रेचकं
मन्दमन्दम् । योगीन्द्राणामेवमभ्यासयोगाच्चित्ते
जाता काचिदानन्दलीला ॥६८॥

द्वितीयोपदेशः ।

अर्थात् पूरक के समय वायु को भृङ्ग (भ्रमर #)
के नाद से उठाना और कुम्भक कर भृङ्गी (भ्रमरी) के
नाद से रेचक कर देना, ऐसे अभ्यास करने से अभ्या-
सियों के चित्त में आनन्दलीला की वृद्धि होती है ।

आरंभ काल में किसी भःचार्य ने दक्षिण नाड़ी
से और किसी ने वाम नाड़ी से पूरक करना लिखा है
कारण यह कि, जो देश शीतप्रधान है वहां दक्षिण
नाड़ी से और जो उष्णप्रधान है वहां वाम नाड़ी से अ-
थवा शीतकाल में दक्षिण नाड़ी से और उष्णकाल में
वाम नाड़ी से करना । किन्तु दक्षिण नाड़ी चित्त नाड़ी
है और वाम नाड़ी अमृत नाड़ी है इस कारण वाम नाड़ी
से आरम्भ करना उत्तम है ।

कात्यायनः—दक्षिणे रेचयेद्वायुं वामेना
पूरितोदरम् । कुम्भकेन जपं कुर्यात् प्राणायामो

* भ्रमर और भ्रमरी का नाद गुरु द्वारा जानलेना ।

भवेदिति ॥ १ ॥ स्वात्मारामः—प्राणंचेदिडया
पिवेन्नियमितं भूयोऽन्यथारंचयेत् । पीत्वा पिङ्गल-
या समीरणमथो वध्वा त्यजेद्दामया ॥ - सूर्याचन्द्र-
ममोरनेन विधिनाभ्यासं सदा तन्वतां । शुद्धा
नाडिगणा भवन्ति यमिनां मासत्रयादूर्ध्वतः ॥ २ ॥

टीका—कात्यायन की सम्मति है कि, दक्षिण
नाड़ी से रेचक औ चाम से पूरक करे और कुम्भक में
गायत्री का जप करे इसी को प्राणायाम कहतेहैं, फिर
योगोन्द्र स्वात्माराम लिखते हैं कि, ईडा नाड़ी से नीच-
मिन कर श्वास को पीवे अर्थात् पूरक करे फिर कुम्भक
कर पिंगला से रेचन करे, फिर पिंगला से पूरक करे
कुम्भक करतेहुए चाम नाड़ी से रेचन करे. फिर एक-
वार परस्पर ऐसाही करे, ऐसे सूर्य औ चन्द्र नाड़ी
के साथ परस्पर अभ्यास करने से तीन मास से कुछ
ऊंचे में साढ़ेतीन लक्ष नाड़ियां शुद्ध होजातीहैं (गुरु
द्वारा जानलेना) ।

अब किन अंगुलियों से कौन छिद्र दधाना उसे
वर्णन करतेहैं ।

प्रयोगपारिजाते—पञ्चङ्गतीभिर्नासाग्रं
पीडयेत् प्रणवेन वै । मुद्गेयं सर्वपापघ्नो वानप्रस्थ

गृहस्थयोः ॥ कनिष्ठानामिकाङ्गुर्ध्वेतैश्च ब्रह्मचारिणः ॥

टीका—गृहस्थ औ वानप्रस्थ पाँचों अंगुलियों से नासाग्र को पीटन कर प्रणव * में कुम्भक इत्यादि करें यह मुद्रा पाप की नाश करने वाली है। यति औ त्र्यम्बकरी केवल कनिष्ठिका, अनामिका औ अगूठा तीनही से करें। अब पूरक, कुम्भक औ रत्नक के समय किस प्रकार कहां से उठाना, कहां राकना, किस ओर लनारना, और क्या २ ध्यान करना विधिपूर्वक वर्णन किया जाता है।

प्राणायामाक्रयाप्रदर्शनम् ।

सिद्धासन भलीभांती लगाकर सातों व्याहृतियों के स्थान को जिस होकर वायु धीरे २ ऊपर को चढ़ेगा एक मूधीरेखा में करलेवे (सिद्धासन में आप से आप होही जाता है) एवं प्रकार सीधा बैठ प्रथम दक्षिण नासागुट को रोक, मूलबंध लगा, धीरे २ सातों व्याहृतियों को पढ़ताहुआ आगे बनावहुए क्षित्र के अनुसार सातों स्थान के कमल, देवता, देवी और

* केवल प्रणव से अथवा अपने इष्टमन्त्र से भी प्राणायाम कर सकते हैं।

बीज इत्यादि को ध्यान करता हुआ वायु को मूलद्वार से आकर्षण कर (गुरुद्वारा जानना) ब्रह्मरन्ध्र में पहुँचा जालन्धरबन्ध लगा कुम्भक करे । कुम्भक के समय गायत्री मन्त्र से ध्याने २ इष्टदेव का (साकार हो वा निराकार) ध्यान करे, फिर जब न रोकसके धीरे २ शीघ्र मन्त्र पढ़ता हुआ इष्ट के मस्तक से चरण तक ध्यान करता हुआ उड्डिगलबन्ध से वायु को बाहर छोड़देवे अर्थात् रेचक करे ।

यदि उक्त प्रकार सातों कमलों का ध्यान करना कठिन जानाड़े तो पूरक के समय केवल नाभी में विष्णु और कुम्भक के समय हृदय में रक्तवर्ण ब्रह्मा और रेचक के समय ललाट में श्वेतवर्ण शिव को ध्यान करे इति ।

एवंप्रकार तीन फेर अर्थात् दो चन्द्र और एक सूर्य से दायें बायें पूरक रेचक करने से एक प्राणायाम होता है, सन्ध्या में कम से कम ऐसा तीन प्राणायाम करे ।

जिनने चार प्रत्येक पूरक, कुम्भक और रेचक में मन्त्र पढ़ाजाये उत्तम ही मात्राका प्राणायाम कहा जाता है । तीन मात्रा का उत्तम होता है, इसलिये सन्ध्या में

तीनही मात्रा का उत्तम प्रणायाम करे ।

उक्त प्रकार प्राणायाम के पश्चात् पवित्रधारण करे ।

॥ ९ ॥

पवित्रधारणम् ।

कुशकण्डिकासूत्रभाष्ये---ब्रह्मयज्ञ
गोकर्णमात्रप्रमाणौ द्वौदर्भौ । तर्पणे
हस्तमात्रप्रमाणास्त्रयो दर्भाः ॥

टीका—ब्रह्मयज्ञ में गोकर्णमात्र दो दर्भ और
पितृकर्म तर्पण इत्यादि में हाथ २ भर का तीन दर्भ
धारण करना चाहिये ।

आह्निककारिकासु—यथा वज्रं सुरेन्द्रस्य
यथा चक्रं हरेस्तथा । त्रिशूलं च जितेन्द्रस्य ब्राह्म-
णस्य पवित्रकम् ॥ १ ॥ प्रयोगपारिजाते-
स्नाने होमे जपे दाने स्वाध्याये पितृकर्मणि

को सदर्थो कुर्वीत तथा सन्ध्याभिषादने ॥ २ ॥
चतुर्भिर्भिज्जितैर्ब्राह्मणस्य पवित्रकम् । एकै-
कन्यून मुद्दिष्टं वर्णं वर्णं यथाक्रमम् ॥ ३ ॥ वृ-
द्धं मूलवलयं ग्रन्थिरेकाङ्गुलिर्भवेत् । चतुरङ्गु-
लमग्रं स्यात्पवित्रस्य प्रमाणकम् ॥ ४ ॥

कातीयसूत्रभाष्ये—कुशाभावे तु काशाःस्युः
काशाः कुशसमाः स्मृताः । काशाभावे ग्रहीतव्या
अन्ये दर्भा यथोचिताः ॥ ५ ॥ कुशाः काशाः शरा
दर्वा यवगोशूमवल्बजाः । सुवर्णं * राजतं ताम्रं
दश दर्भाः प्रकीर्तिताः । ६ । योगियाज्ञत्रलव्यः-
अनामिकाधृतं हेम तर्जन्यां रूप्यमेवच † । कनिष्ठि-
काधृतं स्वर्णं तेन पूतो भवेद्भरः ॥ ७ ॥ सुमन्तुः-
समूलाग्रो विगर्भेन कुशौघो दक्षिणे करे । सव्ये
चैव तथा त्रीनै विभृयात्सर्वकर्मसु ॥ ८ ॥

टीका—आदिककारिका में लिखा है कि जैसे
इन्द्र का वज्र, विष्णु का चक्र और शिव का त्रिशूल
तैसेही ब्राह्मण का पवित्र है ॥ १ ॥ प्रयोगपारिजात

* १६ माशा से ऊपर का स्वर्ण का पवित्र बनाना चाहिये ।

† जिसका पिता वा ज्येष्ठ भ्राता जीवित हो वह रूप का धारण न करे ।

में लिखा है कि स्नान, होम, जप, दान, अध्ययन, वितृकर्म और सन्ध्या, हाथ में बिना कुश लिये नहीं करना ॥ २ ॥ चार दर्म के पिंजूज अर्थात् समूहों का पवित्र ब्राह्मण धारण करे, इसी प्रकार क्रमशः क्षत्रिय से लेकर शूद्र तक एक २ दर्म कम करता जाये ॥ ३ ॥ दो अंगुल का चल्या, एक अंगुल गाँठ और चार अंगुल बाहर निकाल रखे, एवम्प्रकार सात अंगुल का पवित्र धारण करे ॥ ४ ॥ कातीयसूत्र में लिखा है कि यदि कुश न मिले तो काश (कसौंजा) का पवित्र बनाना क्योंकि काश कुश के समानही है, यदि काश भी न मिले तो और प्रकार के दर्म का भी बना सकते हैं ॥ ५ ॥ कुश, काश, (कसौंजा) शर (शौंक) दूध, यव, गंहु, चक्षुजा (मूँज) सोना, रूपा और ताँबा, इनही दशों का पवित्र बनाया जासकता है ॥ ६ ॥ यागवल्क्य की सम्मति है कि अनामिका * में सोने का, तर्जनी में रुपये का और कनिष्ठा में लोहे का भी धारण करसकते हैं । ७ । सुमन्तु का वचन है कि जड़, अग्रभाग और मध्य सहित दो कुश दाहिने हाथ में और तीन कुश बायें हाथ में सब देवकर्म के निमित्त धारण करना चाहिये ॥ ८ ॥

* अनामिका के उड़ में सदा पवित्र धारण करना चाहिये ।

पवित्रधारणमन्त्रः ।

विनियोगः—ॐ पवित्र इत्यस्य—प्राजापत्य
ऋषिः । दैवी ब्रह्मती छन्दः । सिंहाक्त देवता ।
पवित्रधारणे विनियोगः ॥

ॐ पवित्रेत्थो वैष्णव्यौ सविर्नुवः प्रमथ
उनुनाम्यच्छिद्रेण पवित्रेण सूर्यस्य रुग्मिभिः ।

शु० य० अ० १ मन्त्र १२ ।

विनियोगः—ॐ तस्यते इत्यस्य—प्रजापति ऋषिः
पंक्तिः छन्दः । सविता देवता । पवित्र धारणे
विनियोगः ॥

तस्यते पवित्रपते पवित्रं पृत्स्य यत्कामः
पुनतच्छक्रेयम् ।

शु० य० अ० ४ मन्त्र ४ ।

एवम् प्रकार पवित्र धारण के पश्चात् नीचे लिखे
विधि से हृदयपवित्र करें ।

सन्ध्याविधिः.

॥ १० ॥

हृदयादिपवित्रकरणम् ।

प्रथम हाथ के अंगुलिओं से नीचे लिखे विधि अनु-
सार इन्द्रियस्पर्श करे तत्पश्चात् हृदय को पवित्र करे ।

- ॐ वाक् वाक्—नीचे और ऊपर के होठों को स्पर्श करे
ॐ प्राणः प्राणः—नासिका के दोनों छिद्रों को ,,
ॐ चक्षुः चक्षुः—दोनों नेत्रों को ,,
ॐ श्रोत्रम् श्रोत्रम्—दोनों कानों को ,,
ॐ नाभिः—नाभी को ,,
ॐ हृदयम्—हृदय को ,,
ॐ कण्ठः—कण्ठ को ,,
ॐ मुखम्—मुख को ,,
ॐ शिरः—शिर को ,,
ॐ शिरसा—शिरसा को ,,
ॐ बाहुभ्याम् यशोवल्गम् (दोनों भुजाओं को ,,
ॐ करतल करपृष्ठे (हाथ के हथेलियों को डलटे पुलटे
कर स्पर्श कर ।

हृदयादिपवित्रकरणमन्त्रः ।

उक्त प्रकार इन्द्रियस्पर्श के पश्चान् हाथ की अंगुलियों से अथवा कुश से जल लेकर नीचे लिखे मन्त्र को पढ़ता हुआ मस्तक, हृदय और सर्वांग पर छोट पवित्र करे ।

विनियोगः—ॐ अपवित्रः पवित्रइत्यस्य—
वामदेव ऋषिः, विष्णुर्देवता, अनुष्टुप्छन्दः, हृद-
यादिपवित्रकरणो विनि० ।

ॐ अपवित्रः पवित्रोवा सर्वावस्थां गतोऽपि वा ।

यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥

एवम् प्रकार हृदयादिपवित्र के पश्चात् नीचे लिखे विधि से सन्ध्या का संकल्प करे ।

॥ ११ ॥

सन्ध्यासङ्कल्पः ।

ऋषिर्ब्रह्महोत्रे—सङ्कल्पश्चेन्मनसि

मननं प्रोक्तरतीत्याथ वाचा व्याहर्तव्यं
तदनु च करेणाम्युसैकस्त्रिधेति ॥

टीका—मन से मननकरना, वचन से बोलना, तत्पश्चात् हाथ में जल लेकर सिक्त करना यही तीन क्रियायें सङ्कल्पकी हैं।

बृहद्यमपदार्थः—संकल्पश्च यथा कुर्यात्स्नानं
दानव्रतादिके । अन्यथा पुण्यकर्माणि निष्फलानि
भवन्ति च ॥ १ ॥ मार्कण्डेयः—संकल्पमूलः का-
मोर्वै यज्ञाः संकल्पसम्भवाः । व्रतंनियम धर्मै च
सर्वे संकल्पजाः स्मृताः ॥

टीका—बृहद्यम कहते हैं कि स्नान, दान, व्रत, इत्यादि कर्मों में संकल्प अशुभ्य कर लेना चाहिये नहीं तो ये सब पुण्य कर्म बिना संकल्प निष्फल होजाने हैं । १। मार्कण्डेय का वचन है कि सब कामनाओं की पूर्ति के निमित्त संकल्प ही की आवश्यकता है, सर्व प्रकार के यज्ञ संकल्प * ही से उत्पन्न होते हैं; व्रत, नियम, धर्म

* सम्पूर्ण जगत् की उत्पत्ति, पालन, संद्वार सब संकल्प ही से होते हैं ।

मन्त्र संकल्प कर के सिद्ध हैं ॥२॥ अतएव सर्व कर्मों में संकल्प कर लेना चाहिये ।

॥ सङ्कल्पमन्त्रः ॥

मसोपात्तदुरितक्षयद्वारा श्रीपरमेश्वर *
प्रोत्यर्थं प्रातः† सन्ध्योपासनमहं करिष्ये॥

अथवा ।

ॐ तत्सत्सन्ध्योपासनमहं करिष्ये ॥

उक्त दोनों मन्त्रों में किसी एक को पढ़ता हुआ हाथ में जल ले नीचे पृथ्वी पर छोड़ देवे ।

तत्पश्चात् आगे लिखे विधि से पुनराचमन करे ।

॥ १२ ॥

पुनराचमनम् ।

पृष्ठ ७१ के केवल प्रथम तीन मन्त्रों से आचमन

* जितका जो इष्ट हो उसी का नाम इहां रखे ।

† प्रातः मध्याह्न, अथवा सायं, कौन काल हो वही शब्द इस स्थान में रखे ।

कर धीये से हस्तप्रक्षालन कर डाले ।

तत्पश्चात् नीचे लिखे विधि से मार्जन करे ।

—:0:—

॥ १३ ॥

मार्जनम् ।

विश्वामित्रकल्पे—भूमौ शिरसि चाका-
शे आकाशे भुविमण्डले । मण्डले च तथाकाशे
एवंच नवधा क्षिपेत् ॥ १ ॥ सैसथत्रयमाकाशे
वचरत्रयं मस्तके । नकाराणां त्रयं भूमौ नान्यथा
पावितं भवेत् ॥ २ ॥ याज्ञवल्क्यः—अथोथागे
विमृष्टाभिरसुरा यान्ति संज्ञयम् । सर्वतीर्थाभिषेकश्च
ऊर्ध्वसम्प्रार्जनाद्भवेत् ॥ ३ ॥

टीका—विश्वामित्रकल्म में आज्ञा है कि कुश से
अथवा हाथ की अंगुलियों से जल लेकर आगे लिखे
मार्जन मन्त्र की नवो ऋचाओं को पढ़ता हुआ मस्तक,
पृथिवी, और आकाश, फिर आकाश, पृथिवी, और मस्तक,
फिर मस्तक, आकाश, और पृथिवी, की ओर छोड़े ॥ १ ॥

जिन तीन मन्त्रों के अन्त में से, स, य, अक्षर हैं
 उनसे आकाश की ओर, जिनके अन्त में व, व, र,
 हैं उनसे मस्तक पर और जिन तीनों के अन्त में नकार है
 उनसे पृथिवी पर जल छींट पवित्र करे, * अन्यथा
 पवित्रता नहीं होगी ॥२॥ नीचे और ऊपर जल फेंकने
 का तात्पर्य यह है कि नीचे पृथिवी पर जल स्नेपन
 करने से असुरों का नाश, और आकाश की ओर सर्व
 तीर्थों का अभिषेक होता है ॥३॥

मार्जन करने वालों को ध्यान रखना चाहिये कि मार्जन से पूर्वहां नीचे लिखे मन्त्रों से भिन्न २ अङ्गों का अभिषेक करलें फिर मार्जन मन्त्र से मार्जन करे।

ॐ भूः पुनातु शिरसि-मस्तक पर जल छोट पवित्र करे

ॐ भुवः पुत्तानु नेत्रयोः—दोनों नेत्रों को

ॐ स्वः पुनातु कण्ठे—कण्ठ को

ॐ महः पुनातु हृदये—हृदय को

ॐ जनः पुनातु नाभ्याश्च—नाभी को

ॐ तपः पुनातु पादयोः—दोनों पैरों को

* किसी न कृषि की दृष्टि भी सम्मति है कि प्रथम सात मन्त्रों से मत्स्य पर, आठवें से भूमि पर, फिर नवें से मत्स्य पर जल छोटि मार्जन करें ।

ॐ सत्यं पुनातु पुनः शिरसि—फिर दोवाग मन्त्रको
पवित्र करे ।

ॐ स्वं ब्रह्म पुनातु सर्वत्र—सर्वांग को ॥
एवमप्रकार आंशयेक कर निम्नलिखित मन्त्र से
मार्जन करे ।

॥ मार्जनमन्त्राः ॥

याज्ञवल्क्यः—सिन्धुद्वीपं भवेदपि गायत्रं
छन्द एवहि । आपस्तु दैवतं प्रोक्तं विनियोगश्च
मार्जने ॥ अर्थात् मार्जन मन्त्र का सिन्धुद्वीप ऋषि
है गायत्री छन्द है, ओं जल देवता है ।

विनियोगः—ॐ आपोहिष्ठेति मन्त्रस्य—
सिन्धुद्वीप ऋषिः । गायत्री छन्दः । आपो देवता ।
मार्जने विनियोगः ॥

ॐ आपोहिष्ठाग्नेयुर्मुदः—मस्तक पर जल छींट मार्जन
करे ।

ॐ तान्ऽऽर्जुर्जेदधातन । पृथिवी पर ॥

ॐ महेरणां चक्षसे ॥ आकाश की ओर ॥

शु० य० अ० ३६ मन्त्र १४ ।

ॐ योर्वः शिवतमोरसः- आकाश की ओर मार्जन करे ।

ॐ तस्यै भाजयुते हनः । पृथिवी पर ॥

ॐ उग्रुतीरिव मातरः ॥ मस्तक पर ॥

शु० य० अ० ३६ मन्त्र १५ ।

ॐ तस्माच्चरङ्ग मामवः-मस्तक पर ॥

ॐ यस्यक्षयायजिन्वथ । आ० की ओर ॥

ॐ आपो जुनयथा च नः ॥ पृथिवी पर ॥

शु० य० अ० ३६ मन्त्र १६ ।

एवम्प्रकार मार्जन के पश्चात् आगे लिखे विधि से अम्बुप्राशन करे ।

—०—

॥ १४ ॥

अम्बुप्राशनम् ।

तथा

(प्रातराचमनम्)

जिस प्रकार पृष्ठ ६८ से ७२ तक आचमन में

जल लेने की रीति दिखलायाये हैं उसी प्रकार इस क्रिया में भी निम्नलिखित मन्त्र से हाथ में जल ले अम्बुप्राशन अर्थात् प्रातराचमन करे ।

विनियोगः—ॐ सूर्यश्चमेत्यस्य—नारायण ऋषिः । अनुष्टुप् छन्दः । सूर्योदेवता । अम्बु-प्राशने (प्रातराचमने) विनियोगः ।

ॐ सूर्यश्च मान्मयुश्च मन्नुपतयश्च मन्युकृतेभ्यः पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यद्वाज्या पापमकार्षम् । मनसा वाचा हस्ताभ्याम् । पञ्चयामुदरेण शिश्ना । रात्रिस्तदवलुम्पतु । यत्किञ्चित् दुरितंमयि । इदमहमामृतयोनौ । सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥ (एवम् प्रकार अम्बुप्राशन कर नीचे लिखे विधि से द्विराचमन करे) ।

—:❀:—

॥१५॥

पुनर्द्विराचमनम् ।

इस क्रिया में सब विधि पूर्व काथित आचमन-

विधि के अनुसारही करे और पृष्ठ ७१ के आचमन मन्त्र के प्रथम तीन ही मन्त्र से आचमन कर चौथे से हस्तप्रक्षालन करदे । यदि आचमन के समय जल का अभाव हो तो ब्राह्मण अपने दक्षिण कर्ण को स्पर्श करले, क्योंकि ब्राह्मण के दक्षिण कर्ण में सर्व तीर्थ, और देवता देवियों का निवासस्थान है ।

॥ प्रमाणम् ॥

अग्निरापश्च वेदाश्च सोमः सूर्योऽनिलस्तथा ।
सर्वं देवास्तु विप्रस्य कर्णे तिष्ठन्ति दक्षिणे ॥

॥ १५ ॥

॥ १६ ॥

पुनर्मार्जनम् ।

अङ्क १३ पृष्ठ १०० से १०१ तक के विधि अनुसार ही फिर मार्जन करे ।

तत्पश्चात् नीचे लिखे विधि से जलावग्रहण करे ।

॥ १७ ॥

जलावग्रहणम् ।

नीचे लिखे दोनों मन्त्रों के प्रथम मन्त्र से अंजल में जल ले दूसरे मन्त्र से काम क्रोधादि शत्रुओं के नाशार्थ उस जल को अपनी चारों ओर पृथिवी पर फेंक देवे ।

विनियोगः—सुमित्रिया दुर्मित्रिया इति द्वयोः—
प्रजापति ऋषिः । आपो देवता । अनुष्टुप् छन्दः ।
जलावग्रहणं विनियोगः ।

ॐ सुमित्रिया नु आपत्रोषधयस्सन्तु ।
(इस से जल लेकर) दुर्मित्रियास्तरुम सन्तु यद्वा-
न्ध्रेष्टि यच्चैवगन्धुजः ।

(इस से जल को फेंकदेवे) ।

शु० य० अ० ३८ मन्त्र २३ ।

तत्पश्चात् नीचे लिखे विधि से अग्रभर्पण करे-

॥ १८, १९ ॥

अघमर्षणम् ।

तथा

(पापपुरुषनिरसनम्) ।

नागदेवः—-जुम्बकायेति मन्त्रेण त्रिदध्या-

दघमर्षणम् । जपेद्द्वादशवारंतु महापापापनुत्तये । १ ।

हारीतः—-जुम्बका नाम गार्दली वेदे वाजसने-
यके । अन्तर्जले सकृज्जप्ता ब्रह्महत्यां व्यपोहति । २ ।

शौनकः—-उद्धृत्य दक्षिणं हस्ते जलं गोकर्णव-
त्कृते । निःश्वान् नास्तिकाग्रे तु पाप्मानं पुरुषं स्म-
रेत् ॥ ३ ॥ श्रुतञ्चेति व्यृचं वापिद्रुपदां वा जपे-
द्वचम् । दक्षनामापुटेनैव पाप्मानमपमारयेत् ॥ ४ ॥
(तज्जलं नावलोक्याय वामभागे क्षितौ क्षिपेत्) ॥

टीका—नागदेव कहते हैं कि जुम्बका नाम की
गायत्री मन्त्र से भी अघमर्षण करे जिसको १२ बार
जपकरने से महा पापों से छूटजाताहै ॥ १ ॥ हारीत

की भी आज्ञा है कि जो प्राणी (विशेष यजुर्वेदीय वाज्जन्-
नेयी) इस जुम्बका नाम गायत्री को जल में प्रवेशकर
एक बार भी जपता है वह ब्रह्महत्या से छूटजाता है अ-
तएव इस मन्त्र से भी अघमर्पण होसकता है ॥ २ ॥
अथ वह अघमर्पण कैसे कियाजाता है उसे कहतेहैं, कि
दाहिने हाथ से गोकर्ण का आकार बना जल ले दाहिने
नासागुट के समीप ला निःश्वास हो कुक्षिस्थान में पाप-
पुरुषका स्मरण कराहुआ, (ऋतंच सत्यंच) तीनों
ऋचाओं से अथवा द्रुपदादित्रिंसे उस पापपुरुष * को-
नाश करतेहुए बायीं ओर उस जल को फेंकदेवे और
उसका देखे नहीं ॥ ३. ४. ॥

जुम्बकानाम्नी गायत्री ।

† विधृतिनाभ्यां धृतधंसैनापो युष्णा

* सब अंग काला, रोज २ पापों से भराहुआ, ढाल तल-
वार हाथोंमें लिये, स्त्री को कंधे पर रखे और गुठ के गन्ध्या पर
पांव दिये, एवम् पाप पुरुष को स्मरण कर हाथ के जल को बायीं
ओर चोपन करते हुए ऐसा ध्यान करे कि दायीं ओर एक शिला
रखी है उस पर देमारा ।

* ब्राह्मणमान का मन्त्र होने के कारण इस मन्त्र का विनियोग
नहीं दिनाग्या ।

मरीचार्भिर्गन्धभिर्नीहुर सुष्मणाशीनं वरायापुष्पात्रश्रुभि-
ह्नादुर्नादृषीकाभिरन्तारजा ॐ त्रिचित्रायैर्नक्षत्राणि
रूपेण पृथिवीन्तुचा जुम्भकायस्वाहा ॥

शु० य० अ० २५ मन्त्र ६

॥ अथमर्षण ॥

तथा

पापपुरुषनिरसनमन्त्राः ।

विनियोगः—द्रुपदादिवेत्यस्य—कोकिलराजपुत्र
श्रुषिः । अनुष्टुप् छन्दः । आपो देवता अथमर्षणं
विनियोगः ।

ॐ द्रुपदादिवमुमुचानः स्विन्नः ज्ञातो मृतादिव ।
पृतम्भवित्रेणैवाज्यमापः शुन्धन्तुमैनमः ॥

शु० य० अ० २० मन्त्र २० ।

इस मन्त्र से वामहस्त में जल लेकर दाहिने से आच्छादन करे ।

विनियोगः—ऋतं च सत्यं चेत्यस्य—अघर्मण
ऋषिः । भाववृत्तो देवता । अनुष्टुप् छन्दः ।
उदकावघ्राणप्रक्षेपणे विनियोगः ॥

ॐ ऋतं च सत्यं चाधीन्द्रात्तपसोऽर्ध्यजायत
ततो राज्यजायत ततः समुद्रो अर्णवः ॥ समुद्रादण-
वादधि संवत्सरो अजायत । अहोरात्राणि विदध-
द्विथेस्य मपलो वशी ॥ सूर्याचन्द्रमसौ धाता यथापूर्वं
मकल्पयत् । दिवं च पृथिवीं चान्तरिक्षमथो स्वः ॥

ऋ १ सं० अ० ८ व० ५६ ।

(इस मन्त्र से उस आच्छादन किये हुए जल को दाहिने नासापुट से आघ्राण कर वायों आर फेंकदेवे) ।



॥ २० ॥

अध्यदानम् ।

व्यासः—कराभ्यां तोयमादाय गायत्र्या चाभि
मन्त्रितम् । आदित्याभिमुखस्तिष्ठंस्त्रिरूर्ध्वं सन्ध्ययोः
क्षिपेत् ॥ १ ॥ मुक्तहस्तेन दातव्यं मुद्रां तत्र न का-
रयेत् । तर्जन्यङ्गुष्ठयोर्गेतु राक्षसी मुद्रिका स्मृता । २ ।
(राक्षसी मुद्रिकार्धेवेत्ततोयं रुधिरं भवेत्)
शौनकः—इषवन्नः प्रभातेतु मध्याह्ने ऋजु
मंस्थितः । द्विजोऽर्धं प्रक्षिपेदेव्या सांयनूपवि-
शन्भुवि ॥ ३ ॥ द्वौ पादौतु समौ कृत्वा पूरये-
द्दुदकाञ्जलीन् । गोशृङ्गान्नमुत्क्रम्य जलमध्ये
जलं क्षिपेत् ॥ ४ ॥ हस्ताभ्यां स्वस्तिकं कृत्वा प्रात-
स्तिष्ठेद्दिवाकरम् । मध्याह्ने तु ऋजु वाहू सायं मुकु-
लितौ करो ॥ ५ ॥ काललोपो न कर्तव्यो द्विजेन
स्वहितेषुना । अर्धोदयास्तसमये तस्माद्वज्रं दकं
क्षिपेत् ॥ ६ ॥ तेनवज्रं दकेनाशु- मन्देहा नाम
राक्षसाः । सूर्यारयः प्रलीयन्ते शैला वज्रहता इव ७
(प्रायश्चित्तार्थमाचम्य मुच्यते देवप्रश्रयः) ।

टीका—व्यास जी कहते हैं कि, दोनों हाथों में जल ले गायत्री से अभिमन्त्रण कर सूर्य के सम्मुख खड़े हो दोनों सन्ध्याओं में तीन २ अर्घ्य देवे ॥ १ ॥ खुले हाथ से अर्घ्य देना चाहिये, मुद्रा नहीं करना चाहिये क्योंकि तर्जनी औ अंगूठे के योग से राक्षसी मुद्रा होजाती है ॥ २ ॥ (राक्षसी मुद्रा का जल रुधिर के तुल्य है) फिर शौनक कहते हैं कि, प्रातःकाल थोड़ा झुककर, मध्याह्नकाल सीधा खड़ा होकर और सायंकाल पृथिवी पर बैठे हुए छिज गायत्री मन्त्र से अर्घ्य देवे । ३ । दोनों पैरों को घसाघर कर गऊ के सींग के समान अंजलि उठा जल को जल में छोड़े ॥ ४ ॥ प्रातःकाल दोनों हाथों को स्वस्तिक अर्थात् एक दूसरे के ऊपर रखकर, मध्याह्नकाल भुजाओं को सीधी कर और सायंकाल हाथों को मुकुलित कर अर्थात् आधा खुला औ आधा बंद किये हुए सूर्य के सम्मुख अर्घ्य देवे । ५ । काल का लोप हितैषी द्विजों को नहीं करना चाहिये, अर्धोक्ष्य औ अर्धास्त के समय ठीक अर्घ्यदान करना चाहिये, इस समय के अर्घ्य का जल वज्र के तुल्य होता है ॥ ६ ॥ इस वज्रोदक से सूर्य के शत्रु मन्देहा नाम करके राक्षसों का नाश होता है ॥ ७ ॥ ऐसा

करने से जो राक्षसवध हुआ उसके प्रायश्चित्त निमित्त
आचमन करलेना चाहिये ।

जलाभावेऽर्घ्यविचारः—अग्निस्मृतौ—

जलाभावे महामार्गे बन्धनेत्वशुचावपि । उभयोः
सन्धयोः काले रजसा घाघ्रायुच्यते ॥

अग्निस्मृति में लिखा है कि, यदि मार्ग में, बन्धन
में औ अशुचिस्थान में जल का अभाव हो तो रज से
अर्घ्य देना ।

निम्नलिखित गायत्री मन्त्र से अर्घ्यप्रदान करें ।

अर्घ्यप्रदानमन्त्रः ।

विनियोगः—ॐ भूर्भुवः स्वरिति महाव्या-
हतीनां—परमेष्ठाप्रजापतिर्ऋषिः । अग्निवायुसूर्या-
देवताः । गायत्र्युष्णिगनुष्टुभश्छन्दांसि ॥

ॐ तत्सवितुर्वरेण्य—विदामित्र ऋषिः ।
सविता देवता । गायत्रीछन्दः । अर्घ्यदाने वि० ।

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुर्वरेण्य-

म्भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

शु० य० अ० ३ मन्त्र ३५ ।

ब्रह्मस्वरूपिणो सूर्यनारायणाय नमः । इदमर्घ्यं
दत्तं न मम ॥ (असावादित्यो ब्रह्म)
इस से प्रदक्षिणा करता हुआ जल छोड़े ।

एवंप्रकार तीन बार गायत्री मन्त्र से अर्घ्यदान कर
उस जल को दाहिने नाक, कान, औं आंख से छुलावे ।

यदि काल व्यतीत हो गया हो अर्थात् सूर्योदय
औं सूर्यास्त हो तो निम्न लिखित मन्त्र से अर्घ्य देवे ।

विनियोगः—आकुप्सोनेत्यस्य—हिरण्यस्तू
पञ्चषिः । त्रिष्टुप्छन्दः । सवितादेवता । अर्घ्य
दाने विनियोगः ॥

ॐ आकुप्सो न रज्ज्नावर्त्तिमानो निवेश्यक्ष्मन्तु-
म्भर्यश्च । हिरण्ययेन सविता रयेना देवो याति सुव-
नानि पश्यन् ॥

इस मन्त्र से चौथा अर्घ्य देवे ।

शु० य० अ० ३३ मन्त्र ४२ ।

एवमप्रकार अर्घ्यदान के पश्चात् सूर्योपस्थान करे

—०—

॥२१॥

सूर्योपस्थानम् ।

याज्ञवल्क्यः—उदुत्यं चित्रं देवाना मुद्रयन्त
मसस्परि । तच्चतुर्देव इति च एक चक्रेति वैधि
च ॥ १ ॥ तदसंयुक्तपाष्णिर्वा एक पादो द्वि-
पादपि । जपेत् कृताञ्जलिर्वाऽपि ऊर्ध्वबाहु-
यापिवा ॥

टीका—याज्ञवल्क्य कहते हैं कि उदुत्यं, चित्रं,
उदयं, तच्चतुः, इन चारों मन्त्रों से अपने चक्र के
विधि अनुसार सूर्योपस्थान करना चाहिये ॥१॥ पाष्णि
को अलग किये हुए, एक पांच पर अथवा दोनों पांच
पर अञ्जलि * बनाकर अथवा बाहु को ऊर्ध्व कर उप-
स्थान करना चाहिये ।

* प्रातः औ सायं अञ्जलि बनाकर और मध्याह्न
ऊर्ध्वबाहुकर उपस्थान करना, प्रातःकाल की अञ्जलि
सीधी औ सायंकाल की उलटी पृथिवी की ओर रखनी
चाहिये ।

उपस्थानमन्त्राः ।

विनियोगः—ॐ उद्वयमुदुत्यमिति द्वयोः—
प्रस्कण्व ऋषिः । सूर्योदेवता । अनुष्टुप्छन्दः ।

ॐ चित्रं देवानामित्यस्य—कुत्साङ्गिरस—
ऋषिः । सूर्योदेवता । त्रिष्टुप्छन्दः । ॐ तच्चक्षु-
रित्यस्य—दध्यङ्गाथर्वण ऋषिः । सूर्योदेवता ।
उष्णिक् छन्दः । सर्वेषां सूर्योपस्थाने वि० ।

ॐ उद्वयन्तमसस्परिस्त्रः पश्यन्तु उत्तरम् ।
देवन्देवत्रा सूर्यमगन्तु ज्योतिं रुत्तमम् ॥

शु० य० अ० २० मन्त्र २१

ॐ उदुत्यंजातेवेदसन्देवं वहन्ति केतवः
दृशेविभ्राय सूर्यम् ॥

शु० य० अ० ३३ मन्त्र ३१

ॐ चित्रं देवानामुदगादनीकंचक्षुर्मित्रस्य
वरुणस्याग्नेः । आप्राद्यावा पृथिवी

अन्तरिक्षं सूर्यं आत्माजगतस्तस्मिन् ॥

शु० य० अ० १३ मन्त्र ४६ ।

ॐ तच्चक्षुर्देवहिमम्पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत् पश्येम-
शरदः शतजीवेमशरदः शतं शृणुयामशरदः शत-
म्प्रवामशरदः शतमर्दानाः स्याम शरदः शतम्भूयश्चशरदः
शतान् ॥

शु० य० अ० ३६ मन्त्र २४ ।

पञ्चमप्रकारं सूर्योपस्थान के पश्चात् सूर्य की
प्रदक्षिणा करे ।

—:॥:—

॥ २२ ॥

सूर्यप्रदक्षिणा ।

विनियोगः—विश्वतश्चक्षुरिति मन्त्रस्य—
विश्वकर्मा भौवन ऋषिः । विश्वकर्मा देवता ।
त्रिष्टुप् छन्दः । सूर्यप्रदक्षिणायां विनियोगः ।

ॐ विश्वतश्चक्षुरुतविश्वतोमुखो विश्वतो वाहुरत
विश्वतस्पात् । सम्त्राहुभ्यान्धर्मति सम्पतत्रैर्द्यावा-
भूमीं जनयन्देवएकः ।

शु० य० अ० १७ मन्त्र ११ ।

एवम्प्रकार प्रवक्षिणा के पश्चात् फिर आसन
लगा मुद्रा बनावे ।

—०—

॥२३॥

पुनरासनस्थितिः ।

उपस्थान औ प्रवक्षिणा इत्यादि क्रियाओं में आ-
सन से उठजाना पड़ता है इस लिये फिर पृष्ठ ५३ के
अनुसार सिद्धासन लगा स्थिर हो आगे की क्रिया
आरम्भ करे ।

। २४ ।

पुनराचमनम् ।

आसन लगा पृष्ठ ७१ के आचमनमन्त्र के केवल प्रथम तीन मन्त्रों से आचमन और चौथे से हस्तप्रक्षालन कर तत्पश्चात् नीचे लिखे विधि से चौबीसों मुद्राओं को करे ।

—०—

॥ २५ ॥

चतुर्विंशतिमुद्रा ।

प्राणायाम के आरम्भ से पहिले मुद्राओं को करलेनी चाहिये क्योंकि ये मुद्रा प्राणायाम का सहाय कारिणी हैं, फिर गायत्री के पूर्वही मुद्रा करने की आज्ञा है और गायत्री प्राणायाम किया में कुम्भक समर्थ पढ़ीजाती है इस लिये प्राणायाम के पूर्वही मुद्रा करलेनी चाहिये ।

फिर इन मुद्राओं के करलेने से शरीर के दशों

वायु "प्राण, अपान, उदानादि," जो इधर उधर चञ्चल रहते हैं स्थिर होजाते हैं, जिनके स्थिर होने से प्राणायाम में वायु के चढ़ाने उतारने में किसी प्रकार का कष्ट न होकर श्वास नहीं फूँकता और शरीर की बिद्युत् जो व्योम्हार के कारण वायु द्रव्यों से जुड़ी है इन मुद्राओं से समभाग में वंटजाती है इस कारण प्राणायाम के प्रथम ही मुद्रा अवश्य करनी चाहिये ।

चतुर्विंशतिमुद्रास्वरूपवर्णनम् ।

सुमुखं संपुटं चैव विततं विस्तृतं तथा ।
 द्विमुखं त्रिमुखं चैव चतुःपञ्चमुखं तथा ॥
 स्वमुखस्वाधोमुखं चैव व्यापकाञ्जलिकं तथा ।...
 शकटं यमपाशं च ग्रथितं चोत्मुखोत्मुखं ॥
 प्रलम्बं मुष्टिकं चैव भस्त्र्यः क्रूर्मो दराहकम् ।
 सिंहाक्रान्तं महाक्रान्तं मुद्गरं पल्लवं तथा ॥...
 एता मुद्रा चतुर्विंशा गायत्रीषु प्रतिष्ठिता ।
 एता मुद्रा न जानाति गायत्री तस्य निष्फला ।

अर्थात् सुमुख, संपुट और विततादि चौबीसों मुद्राओं से गायत्री प्रतिष्ठिता है जो प्राणी इन मुद्राओं को नहीं जानता उसका गायत्री जपना निष्फल है ।

अथ उक्त मुद्राओं के बनाने की रीति कथन की जाती है ।

१ सुमुखम्=दोनों हथेलियों को एक दूसरे के सम्मुख रखकर मुख की आकृति बनानी जैसे बच्चों के दोनों गालों को माता दोनों ओर से दबानी है ।

२ संपुटम्=उक्त मुद्रा को संपुट कर देना ।

३ विततम्=उक्त संपुट मुद्रा को तोड़कर दोनों हथेलियों को त्रितकर अवमात्र विलग रखना ।

४ विस्तृतम्=उक्त मुद्रा की हथेलियों को अधिक विलग कर देना अर्थात् दोनों में हाथ भर का अन्तर रखना ।

५ द्विमुखम्=कनिष्ठिकाओं और अनामिकाओं के अग्र भाग को मिला अधोलि बनानी ।

६ त्रिमुखम्=उक्त बनी हुई मुद्रा में मध्यमाओं को भी मिला देना ।

७ चतुर्मुखम्=उक्त मुद्रा में तर्जानियों का भी मिला देना ।

८ पञ्चमुखम्=उक्त चतुर्मुख मुद्रा में दोनों अंगुष्ठाओं को भी मिला देना ।

१ स्वमुखम् = चित्त मुद्रा को आकाश की ओर खड़ा कर देखाना ।

१० अधोमुखम् = उक्त स्वमुख मुद्रा को उलट कर अधोमुख अर्थात् पृथिवी की ओर देखाना ।

११ व्यापकाञ्जलिकम् = अञ्जलि बनाकर चक्र ऐसा चारों ओर फिराना जैसे पूजादि में दोपक देख लाते हैं ।

१२ शुकटम् = बायीं हथेली उलट उसपर दाहिनी हथेली रखकर दोनों अंगुलियों की तर्जनीयों और अंगूठों को मिलाकर दोनों अंगुलियों के बीच गोलाकार गाड़ी के पहिया समान बना मध्य के तीनों अंगुलियों को आगे निकाल गाड़ी का स्वरूप बनाना ।

१३ यमपाशम् = बायीं तर्जनी को दाहिनी तर्जनी से मिलाकर अङ्गुली के ऐसा खींचना जैसा रेलगाड़ियों के जोड़ में अङ्गुली ऐसा देखपड़ता है ।

१४ ग्रथितम् = दोनों हथेलियों के गासों को गिलाकर बांधना जिसमें अंगुली आंतर की ओर हथेली में बन्द होजावे ।

१५ उन्मुखोन्मुखम् = दोनों हथेलियों को पाँचों अंगुलिओं को जोड़ कर मुख से मुख को मिलाना ।

१६ प्रलम्बम् = दोनों हाथों की हथेलियों को उलटा मिलाकर आगे की ओर फैलाना ।

१७ मौष्टिकम् = उक्त प्रलम्बमुद्रा को मूठी बांधनी

१८ मत्स्यः = वाम हथेली के पृष्ठभाग पर दक्षिण हथेली का तल रख-दोनों ओर के अंगूठों को फैलाकर मछली के डैना ऐसा बनाना ।

१९ कूर्मः* = बायीं मध्यमा और अनामिका को दाहिनी मध्यमा और अनामिका से पकड़ अंगूठे को अंगूठे से तर्जनी को तर्जनी से और कनिष्ठा को कनिष्ठा से मिला आगे मुख करदेना जिससे कछुआ का आकार बनजावे (गुरु द्वारा जानना) ।

२० वराहकम् = बायीं हथेली को उलटाकर वस्ती मध्यमा और अनामिका पर दाहिनी मध्यमा और अनामिका को उसी प्रकार रख कुछ नीचे की ओर झुकाकर तर्जनी को कनिष्ठा से और कनिष्ठा तर्जनी से

* किसी ऋषि की दृष्टि भी उन्नति है कि दोनों हाथों की मध्यमा और अनामिकाओं को परस्पर पकड़ रखने के पश्चात् दाहिनी कनिष्ठिका बायीं तर्जनी पर और दाहिनी तर्जनी बायीं अंगूठे पर रखकर कूर्म का आकार बनावे ।

मिलाकर दांतों के ऐसा बना बराह की ओकृति बनाती ।

२१ शृंगाक्रान्तम् = मूठी बांध दोनों हाथों की तर्जनियों को सींगों के ऐसा निकाल कर मस्तक की दोनों ओर देखाना ।

२२ महाक्रान्तम् = उक्त बनाई हुई शृंगाक्रान्त मुद्रा की सब अंगुलियों को खोल मृग के शृंग के ऐसा फैलादेना ।

२३ मुद्गरम् = बायीं हथेली पर दाहिने हाथ की किहुनी रख सीधो आकाश की ओर खड़ी कर मूठी बांधनी ।

२४ पल्लवम् = उक्त मुद्गर मुद्रा की मूठी आकाश की ओर खोलदेना ।

उक्त २४ मुद्राओं को कर पुनः प्राणायाम आरम्भ करे ।

—*—

॥ २६ ॥

पुनश्च प्राणायामः ।

पृष्ठ ७३ से ६० तक के विधि अनुसार करे ।

तत्पश्चात् गायत्री षडङ्गन्यास निम्न लिखित विधि से करे ।

—:—

॥ २७ ॥

गायत्रीषडङ्गन्यासाः ।

विनियोगः—ॐकारस्थ ग्रन्था ऋषिः । अग्नि-
देवता । गायत्री छन्दः । प्रथमस्वरोवीजम् । पञ्चमः
स्वरःशक्तिः । शिवः कीलकं विद्युद्वर्णम् । न्यासे त्रि० ।

ॐ अङ्गुलाग्रे तु गोविन्दम् । ॐ तर्जन्यांतु
महीधरम् । ॐ मध्यमायां हृषीकेशम् । ॐ अ-
नामिकायाम् त्रिविक्रयम् । ॐ कनिष्ठिकायां न्य-
सेद्विष्णुम् । ॐ करमध्येतु माधवम् । ॐ करपृष्ठे
हरिं विद्यात् । ॐ मणिग्रन्थे जनार्दनम् ।

इन मन्त्रों को पढ़ता हुआ जिन अंगुलियों की
अंगों के साथ जिन देवों का नाम है उन्हीं को उन
अंगों और अंगुलियों से नमस्कार करे अर्थात् दोनों
हाथों की उन्हीं अंगुलियों को परस्पर जोड़ किंचित्
नीचे की ओर झुका देवे (गुरु द्वारा जानलेना) ।

ॐ भूः—अङ्गुष्ठाभ्यां नमः । ॐ भुवः—
 तर्जनीभ्यां नमः । ॐ स्वः—मध्यमाभ्यां नमः ।
 ॐ तत्सवितुर्वरेण्यम्—अनामिकाभ्यां नमः । ॐ
 भर्गोदेवस्यधीमहि—कनिष्ठिकाभ्यां नमः । ॐ
 धियो योनः प्रचोदयात्—करतल करपृष्ठाभ्यां नमः ।

जिस मन्त्र में जिस अंगुली का नाम है उसी से
 मायत्रा के भिन्न-२ अंगों को नमस्कार करे ।

ॐ भूः—हृदयाय नमः । ॐ भुवः—शिरसे
 स्वाहा । ॐ स्वः—शिखायै वषट् । ॐ तत्सवितुर्व-
 रेण्यम्—कवचाय हुम् । ॐ भर्गोदेवस्यधीमहि—
 नेत्रत्रयाय वौषट् । ॐ धियो योनः प्रचोदयात्—
 अस्त्राय फट् ।

उक्त प्रकार ही इन मन्त्रों से भी उन भिन्न २
 अंगों को जिनका नाम उन मन्त्रों के साथ है अंगुलियों
 से वा कुश से स्पर्श करता हुआ पवित्र औ दृढ़ करे ।
 औ अस्त्राय फट् पढ़ने के समय दक्षिण तर्जनी औ
 मध्यमा से घाम करतल पर फट् शब्द करता हुआ मारे
 (गुरु द्वारा जानलेना) ।

अथ प्रणवन्यासः ।

ॐ अकारम्—नाभौ । ॐ उकारम्—हृदये ।
ॐ मकारम्—मूर्ध्नि । जिन अक्षरों के साथ जौन
अंग है उसीको स्पर्श करे ।

व्याहृतिन्यासाः ।

ॐ भूः—पादयोः । भुवः—जान्वोः ।
ॐ स्वः—ऊर्ध्वोः ॐ महः—जडरे । ॐ जनः—
कण्ठे । ॐ तपः—मुखे । ॐ सत्यम्—शिरसि ।
उक्त प्रकारही इस क्रिया को भी करे ।

गायत्र्यक्षरन्यासाः ।

ॐ तकारम्—पादाङ्गुष्ठयोः । ॐ सकारम्—
गुल्फयोः । ॐ विकारम्—जङ्घयोः । ॐ तुका-
रम्—जान्वोः ॐ वकारम्—ऊर्ध्वोः । ॐ
रेकारम्—गुदे । ॐ शिंकारम्—लिङ्गे । ॐ
यकारम्—ऊदधाम् । ॐ भकारम्—नाभौ ।
ॐ गोकारम्—उदरे । ॥ दकारम्—स्तनयोः ।
॥ वकारम्—हृदये । ॥ स्पकारम्—कण्ठे ।

ॐ धिकारम्---मुखे । ॐ मकारम्---तालुदेशे ।
 ,, हिकारम्---नासिकाग्रे । ॐ धिकारम्---नेत्रयोः
 ,, योकारम्---ध्रुवोर्मध्ये । ॐ द्वितीय योकारम्---
 तलाटे । ॐ नकारम्---पूर्वमुखे । ॐ प्रकारम्---
 दक्षिणमुखे । ॐ चोकारम्---पश्चिममुखे । ॐ
 दकारम्---उत्तरमुखे । ॐ यकारम्---मूर्ध्नि । ॐ
 व्यञ्जनतकारम्---व्यापकं सर्वतो न्यस्येत ।

उक्त प्रकारही इस क्रिया को भी करे ।

॥ शिरोन्यासाः ॥

ॐ आपो---गुह्ये । ॐ ज्योतिः---चक्षुषि ।
 ,, रसो---वक्त्रे । ,, अमृतम्---जानुनि ।
 ,, अक्षः---हृदये । ,, भूः---पादयोः ।
 ,, भुवः---नाभौ । ,, स्वः---तलाटे ।
 ,, कारम्---मूर्ध्नि ।

उक्त प्रकारही अंगों को स्पर्श करे ।

एवमप्रकार न्यासों के पश्चात् आगे लिखे विधि से गायत्री का आवाहन करे ।

॥ २८ ॥

गायत्र्यावाहनम् ।

विनियोगः—ॐ तेजोसीत्यस्य परमेष्ठी गजाय-
तिर्धृषिः । आज्यं देवता । जगती छन्दः ।
यजुर्गायत्र्यावाहने विनियोगः ।

ॐ तेजोऽसि शुक्रमस्यमृतमसि धामनुमासि
प्रियन्देवानामनाष्टृष्टन्देवयजनमसि ॥

शु० य० अ० १ मन्त्र ३१ ।

इस मन्त्र के साथ नीचे लिखा हुआ मन्त्र पढ़
गायत्री का आवाहन करे ।

ॐ गायत्री त्र्यक्षरां वालां साक्षामूनकमण्डलुम् ।
रक्तवस्त्रां चतुर्हस्तां हंस वाहनसंस्थिताम् । ऋग्वेदस्य
कृतोत्सङ्गां सर्वदेवनमस्कृत्याम् । ब्रह्मार्णां ब्रह्मदैवत्पां
ब्रह्मलोकनिवासिनीम् । आवाहयान्यहं देवीमायान्तीं
सूर्यमण्डलात् । आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे ब्रह्म-
वर्दिनि । गायत्रि छन्दसां मातर्ब्रह्मणे नमोऽ-
स्तुते ॥

उक्त प्रकार गायत्री का आवाहन कर नीचे लिखे मन्त्र से गायत्री का उपस्थान करे ।

—*—

॥ २९ ॥

गायत्र्युपस्थानम् ।

ॐ तुरीयादस्य—विमलश्रुतिः । परमात्मा देवता । गायत्री छन्दः । गायत्र्युपस्थाने वि० ।

ॐ गायत्र्यस्येकपदी । द्विपदी त्रिपदी चतुष्पद्यपद्यसि । नहिपद्यसे नमस्ते तुरीयायदर्शत्वाय पदाय परोर जसे सावदोम् ।

इस मन्त्र से गायत्री का उपस्थान कर पश्चात् नीचे लिखे विधि से गायत्री के रूप को स्मरण करता हुआ ध्यान और प्रार्थना करे ।

—*—

३०, ३१, ३२ ।

गायत्र्या रूपम्, ध्यानम्, प्रार्थना च ।

१ रूपम्—ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं—विष्णो-
मित्र ऋषिः । सविता देवता । गायत्री छन्दः ।
वायव्यं बीजम् । चतुर्थी शक्तिः । पञ्चविंशतिर्ब्य-
ञ्जनानि कीलकम् । चतुर्थ्यदम् । मण्डवो मुखम्
(अग्निर्मुखम्) । ब्रह्माशिरः । विष्णुर्दृढयम् । रुद्र-
कवचम् । परमात्मा शरीरम् । श्वेतवर्णा सांख्या-
यनसगोत्राः पदस्वराः । सरस्वती जिह्वा । पि-
त्रार्जा त्रिपदा गायत्री । अशेषपापक्षयार्थं जपे
विनियोगः ।

तत्सवितुः (दिम्बो लाल पद्म पृष्ठ रु) इत्य-
मन्त्र को कर्म से कर्म तीन बार जप कर फिर ध्यान करे

२ ध्यानम्—सुक्ताविद् मङ्गल नील धवलच्छा-
यैर्मुनिर्भोजनो । सुक्तानिन् विवदग्ने मुदृशं तत्प्रात्म

वर्णस्त्रिकाम् ॥ गायत्री वरदाभयाङ्कुशकशाः
शुभं कपालं गुणं । शङ्खं चक्र मथारविन्दयुगलं
हस्तैर्वहन्ती भजे ॥

३ प्रार्थना—यदक्षरपदभ्रष्टं मात्राहीनं तु
यद्भवेत् । तत्सर्वं क्षम्यतां देवि काश्यपि प्रियवा-
दिनि ॥

—:~:—

॥ ३३ ॥

गायत्रीशापविमोचनम् ।

ब्रह्मशाप, वशिष्ठशाप औ विश्वामित्रशाप ये
तीन शाप गायत्री के हैं, इन से उद्धारकर फिर गायत्री
जपे क्योंकि—शापयुक्ता तु गायत्री सफला न क-
दाचन । शापादुत्तारिता सा तु मुक्ति मुक्तिफल-
प्रदा ॥

अर्थात् शापयुक्त गायत्री का जप निष्फल है
औ शाप उद्धारकर अपने से मुक्ति औ मुक्ति की देने-
वाली होती है ।

ब्रह्मशापविमोचनमन्त्रः ।

विनियोगः—ओमस्य श्रीब्रह्मशापविमोचन मन्त्र-
स्य—ब्रह्मा ऋषिः । श्रुतिश्रुक्तिप्रदा ब्रह्मशाप-
विमोचनी गायत्री शक्तिर्देवता । गायत्री छन्दः ।
ब्रह्मशापविमोचनार्थे जपे वि० ।

गायत्रीं ब्रह्मोपासीत यद्रूपं ब्रह्मविदोविदुः ।

तां पश्यन्ति धीराः सुमनसा वाचामगस्तः ॥

ॐ वेदान्तनाथाय विमहे । हिरण्य-
गर्भाय धीमहि । तन्नो ब्रह्म प्रचोदयात् ॥

ॐ देवि गायत्रि त्वं ब्रह्मशापाद्भिमुक्ता भव ॥

श्रीवशिष्टशापविमोचनमन्त्रः ।

विनियोगः—ओमस्य श्रीवशिष्टशापविमोचन
मन्त्रस्य—निग्रहानुग्रहकर्ता वशिष्टऋषिः । वशिष्टानु-
ग्रहोना गायत्रीशक्तिर्देवता । विश्वोद्भवा गायत्री छन्दः ।
वशिष्टशापविमोचनार्थे जपे वि० ।

ॐ सोऽहमर्कमयं ज्योतिरात्मज्योतिरहं शिवः

आत्मज्बोतिरहं शुक्रः सर्वज्योती रसोऽस्म्यहम् ॥

इस मन्त्र को पढ़ योनिमुद्रा * दिखाकर तीन बार गायत्री मन्त्र पढ़े ।

ॐ तत्सवितुः (देखो लाल पत्र पृष्ठ 'ख') ।

ॐ देव गायत्री त्वं वशिष्ठशापाद्धिमुक्ता भव ।

विश्वामित्रशापविमोचनमन्त्रः ।

विनियोगः—---ओमस्य श्रीविश्वामित्रशापविमो-
चनमन्त्रस्य—---नूतनसृष्टिकर्ता विश्वामित्र ऋषिः ।
विश्वामित्रानुगृहीता गायत्रीशक्तिर्देवता । वाग्देहा
गायत्री छन्दः । विश्वामित्रशापविमोचनार्थं जपे
वि० ।

गायत्रीं भजाम्यग्निमुखीं विश्वगर्भा
यदुद्भवाः । देवाश्चक्रिरे विश्वसृष्टिं तां
कल्पाणीमिष्टकरीं प्रपद्ये ॥ 'यन्मु-
खान्निः सृतोऽखिलवेदगर्भः' ॥

ॐ देवि गायत्रि त्वं विश्वामित्रशापाद्विमुक्ता भव ।

एवम्प्रकार शापविमोचन के पश्चात् गायत्र्य-
स्त्रोपाहरण करे । —*—

॥ ३४ ॥

गायत्र्यस्त्रोपाहरणम् ।

विनियोगः—ओमस्य गायत्र्यस्त्रोपाहरणमन्त्रस्ये
ब्रह्मविष्णुमहेश्वरा ऋषयः । ऋभ्यजुःसामानि छन्दांसि ।
क्रियामयं वपुः । परात्परशक्तिर्देवता । हँषीजम् । स
शक्तिः । सोऽहँकीलकम् । अस्तोपाहरणे । विनियोगः ।

ॐ ब्रह्मतेजो ज्वालामालिनीं देवीं हूँ अङ्गु
ष्ठाभ्यां नमः ।

ॐ विष्णुतेजो ज्वालामालिनीं देवीं ह्रीं तर्ज-
नीभ्यां नमः ।

ॐ रुद्रतेजो ज्वालामालिनीं देवीं ह्रूं मध्यमाभ्यां
नमः ।

ॐ ओमग्नितेजो ज्वालामालिनीं देवीं ह्रौं अनामि-
काभ्यां नमः ।

ॐ ज्ञानतेजो ज्वालामालिनीं देवीं ह्रीं कनिष्ठिकाभ्यां नमः ।

ॐ सत्यं तेजो ज्वालामालिनीं देवीं हः करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः ।

उक्त अङ्गुष्ठादि प्रत्येक अङ्गुली से ह्रीं इत्यादि प्रत्येक मन्त्रों को पढ़ता हुआ न्यासकी रीतिसे नमस्कार कर पवित्रता प्राप्त करे ॥ तत्पश्चात् (बहुरूपिणि गायत्री दिव्यसन्ध्ये सरस्वति । अजरे अमरे देवि ब्रह्मयोनिर्नमोऽस्तुते) इस श्लोक को पढ़ गायत्री को नमस्कार करे ॥ तत्पश्चात् चौबीसों मुद्राओं को कर दिखलावे । —०—

॥ ३५ ॥

पुनश्चतुर्विंशतिमुद्रा प्रदर्शनम् ।

जिस प्रकार पृष्ठ ११७ से १२२ तक कह आये हैं उसी प्रकार फिर चौबीसों मुद्राओं को कर गायत्री का जप करे । —०—

॥ ३६ ॥

गायत्रीजपः ।

नागदेवः—गायन्तं त्रायते यस्माद्गायत्री तेन सोच्यते ॥ गर्थान् गानेवाले की जो रक्षा करे अथवा जिसके गानकरने ही से रक्षा हो उसे गायत्री कहते हैं ।

शङ्खः—कुशमयामनार्त्तानः कुशोत्तरीयवान् कुशपवित्रपाणिः प्राङ्मुखः सूर्याभिमुखो वाक्षमालामादाय देवताध्यायी जपं कुर्यात् । तत्र ॐ भूर्भुवः स्वरित्यनेन त्रिवारं हृदयशिरः शिखा स्थानानि मार्जयेत् ॥

टीका—शङ्ख का वचन है कि कुशासन पर बैठ, कुश की उत्तरीय गले में डाल और कुश का पवित्र हाथ में धारण कर पूर्वमुख अथवा सूर्य के मुख अक्षमाला धारणकिये इष्टदेव का ध्यान करता हुआ जप करे । और ॐ भूर्भुवः स्वः इस मन्त्र से तीन बार हृदय, मस्तक और शिखा के स्थानों को मार्जन करे ।

वृक्षासः—धृत्वा पवित्रं सम्प्राप्य जपस्थानं
 कुशोदकैः । आधारादीन् नमस्कृत्य कुशाग्रैरासनं
 ततः ॥ १ ॥ वध्वापिद्वासनं वापि स्वस्तिकं वा
 यथासुखम् । ॐ भूर्भुवः स्वरोमिति जपित्वासन-
 माविशेत् ॥ २ ॥ पटले—अप्रोक्षितजपस्थाना-
 च्छक्नोदरति, यज्जयम् । तस्माज्जपान्ते तत्प्रोक्ष्य
 तल्लाटे तिलकं क्रियात् ॥ ३ ॥ नृसिंहपुराणे—
 त्रिविधो जपयज्ञः स्यात्तस्य भेदं निबोधत । वाचि-
 कश्च उपांशुश्च मानसस्त्रिविधः स्मृतः ॥ ४ ॥ (त्रयाणां
 जपयज्ञानां श्रेयान्स्यादुत्तरोत्तरः) विश्वामित्रः—
 षडुच्चीचस्वरितैः शब्दैः स्पष्टपदाक्षरैः । मन्त्र
 मुच्चारयेद्वाचा वाचिकोऽयं जपः स्मृतः ॥ ५ ॥
 शनैरुच्चारयेन्मन्त्रमीपदोष्ठौ च चालयेत् । अपरं
 श्रुतं किञ्चित्स उपांशुर्जपः स्मृतः ॥ ६ ॥ धिया
 यदक्षरश्रेयावर्णाद्वर्णा पदात्यदम् । शब्दार्थवित्त-
 नाभ्यासः स उक्तो मानसो जपः ॥ ७ ॥ (नोच्चै-
 र्जपं बुधः कुर्यात्सावित्र्याश्च विशेषतः) । मनुः—
 विधियज्ञाज्जपयज्ञो विशिष्टो दशभिर्गुणैः । उपांशुः
 स्याच्छतगुणः नाहमो मानसः स्मृतः ॥ ८ ॥ धर्म-
 प्रवृत्तौ—प्रातर्नाभौ करं कृत्वा मध्याह्ने हृदि सं-

स्थितम् । सायं जपति नासाग्रे जपस्तु त्रिविधः
 स्मृतः ॥ ९ ॥ प्रातर्मध्याह्नयोस्तिष्ठन् गायत्रीजप-
 भारमेत् । ऊर्ध्वजानुस्तु सायं ध्यानालोकनतत्-
 परः ॥ १० ॥ कृत्वाक्षानौ करौ प्रातः सायं न्युञ्जौ
 करौ तथा । मध्याह्ने हृदयस्थौ तु कृत्वा जपमुदीर-
 येत् ॥ ११ ॥ वृद्धमनुः---बलेणाच्छाद्य तु करं
 दक्षिणं यः सदा जपेत् । तस्य स्यात्सफलं जाप्यं *
 तद्धीनमफलं भवेत् ॥ १२ ॥ याज्ञवल्क्यः---
 वेदः साङ्गास्तु चत्वारोऽर्धाः । सर्वेऽथ वाङ्मयाः ।
 गायत्री यो न जानाति वृथा तस्य परिश्रमः ॥ १३ ॥
 ऊँ कारः पूर्वमुच्चार्यो मूर्ध्नि स्वस्त्यैव च । गायत्री
 प्रणवश्चान्ते जप एवमुदाहृतः ॥ १४ ॥ सप्तभिः
 पावयेद्देवं दशभिः प्रापयेत् । विंशत्यावर्तिता
 देवी नयते चैश्वरालयम् ॥ १५ ॥ अष्टोत्तरशतं
 जप्ता तारयेज्जन्ममारात् । तीर्णो न पश्यति प्रायो
 जन्म मृत्युं हि दारुणम् ॥ १६ ॥ दशभिर्जन्मं
 जनितं शतेन तु पुराकृतम् । त्रिजन्मजं सहस्रेण
 गायत्री हन्ति किल्बिषम् ॥ १७ ॥ गायत्रीकल्पे-
 आरभ्यानामिकामव्यं पवारयुक्तान्यनुक्रमात् ।
 तर्जनीभूजपर्यन्तं जपेदशसु पर्वसु ॥ १८ ॥

टीका--ज्यास का वचन है कि हाथ में कुश पवित्र धारण कर जप के स्थान को कुश के जल से प्रोक्षण कर और आधारादि* को नमस्कार कर ॥ १ ॥

(ॐ भूर्भुवः स्वरोम्) इस मन्त्र को जपता हुआ सिद्धासन अथवा स्वस्तिकासन (जैसे सुखहो) लगा आसन पर बैठे ॥ २ ॥ जपस्थान के प्रोक्षण नहीं करने से जप को शक्र (इन्द्र) हरलेता है इस कारण जप के अन्त में उस प्रोक्षण किये हुए स्थान की मट्टी लेकर तिलक लगावे ॥ ३ ॥ वृत्तिहपुराण में लिखा है कि जप तीन प्रकार का है, वाचिक, उपांशु और मानस, ॥ ४ ॥ (इन तीनों में से उत्तर से उत्तर ध्येष्ठ है), विश्वामित्र कहते हैं कि जो ऊच्च (उदात्त) नीच (अनुदात्त) औ (स्वरित) मात्राओं के संग पदों औ अक्षरों को ऐसा उच्चारण किया जावे कि शब्द दूसरे के कान तक सुनपड़े उसे वाचिक कहते हैं ॥ ५ ॥ और जो हाँसे २ हाँठों को हिलाते हुए धीरे २ ऐसा उच्चारण किया जावे कि दूसरा न सुनसके उसे उपांशु कहते हैं ॥ ६ ॥ और जो अक्षर से अक्षर और पद से पद को ध्यान करते हुए केवल अर्थ की चिन्ता को-

* आधारादिक अर्थात् चतुर्धूल इत्यादि चको को नमस्कार करे ।

जावे औ होंठ अथवा जिह्वा कुछ न हिले उसे मानस जप कहते हैं ॥ ७ ॥ मनुः---विधियज्ञ से जपयज्ञ श्रेष्ठ है, जिस में वाचिक का दशगुण, उपांशु का सौगुण, और मानस का सहस्रगुण अधिक फल है । ८ । धर्मप्रवृत्त में लिखा है कि, प्रातःकाल नाभी, मध्याह्न काल हृदय, और सायंकाल नासिका के समीप हाथ रख जपकरे ॥ ९ ॥ प्रातः और मध्याह्नकाल खड़े होकर और सायंकाल ऊर्ध्वजानु बैठकर ध्यान औ स्तुति में मन लगा जपकरे ॥ १० ॥ प्रातःकाल हाथ को उत्तान कर और सायंकाल नीचे मुंह कुछ देठा झुकायेहुए औ मध्याह्न काल हाथ को हृदय में लगायेहुए जपकरे ॥ ११ ॥ बृद्धमनु का वचन है कि जो दाहिने हाथ को वस्त्र से छिपाकर जपकरता है वह जप सफल है अन्यथा निष्फल है (गोमुखी के भीतर जप करे) ॥ १२ ॥ जो पुरुष मनसा वाचा से चारों वेद वेदाङ्गों के सहित पढ़जावे किन्तु गायत्री न जानता हो उसका परिश्रम व्यर्थ है ॥ १३ ॥ प्रणवसहित तीनों महाव्योहृतियों के साथ आदि औ अन्त में ॐकारसहित गायत्री जपनी चाहिये ॥ १४ ॥ सात गायत्री जपने से शरीर की पवित्रता, दश से स्वर्ग की प्राप्ति, औ बीस से परम धाम लाभ होता है ॥ १५ ॥ १०८ से संसारसागर से छूटकर फिर जन्म मरण के

दुन्न में नहीं आता ॥ १६ ॥ दश गायत्री में इस जन्म-
के, सौ से पूर्व जन्म के, औ. हंजार से तीन जन्मों के पाप
नाश होजाते हैं ॥ १७ ॥ गायत्रीकल्प में लिखा है
कि, यदि दश गायत्री जपनी हो ता. अनामिका के मध्य
गांठ से आरम्भ कर तर्जनी के जड़ तक जपनी
चाहिये ॥ १८ ॥ (अगुलियों पर सौ से अधिक जपना
निषेध है) ।

॥ जपमन्त्रः ॥

ॐकारस्य—ब्रह्मा ऋषिः । परमात्मा देव-
ता । गायत्रीछन्दः ॥ भूर्भुवः स्वरिति महाग्या-
हृतीनां परमेष्ठा प्रजापतिर्ऋषिः । अग्निवायुसूर्या
देवताः । गायत्र्युष्णिगनुष्टुभश्छन्दांसि ॥ ॐ
तत्सवितुर्वरेण्यस्य—विश्वामित्र ऋषिः । सविता
देवता । गायत्री छन्दः । सर्वेषां जपे विनि० ।

ॐ भूर्भुवः स्वः ॐ तत्सवितुः
(यह गायत्री लाल पत्र के पृष्ठ रङ में देख लेना और
जप में मंत्र के पीछे एक ऊँकार लगा देना) ।

एवम्प्रकार गायत्री जप के पश्चात् निम्न लिखित
विधि से अष्टमुद्रा दिखलावे ।

॥ ३७ ॥

अष्टमुद्राप्रदर्शनम् ।

सुरभिर्ज्ञानयोनीच शङ्कं चक्रं चक्रम् ।

लिङ्गन्ततश्च मङ्गरो जपान्तेऽष्टौमदर्शयेत् ॥

गायत्रीजप के अन्त में इन आठों मुद्राओं को दिखलाना चाहिये ।

१ सुरभिः—अंगुलियों के गासों को मिलाकर दाहिनी तर्जनी बायें मध्यमा से और बायें तर्जनी दाहिनी मध्यमा से मिलाना फिर दाहिनी अनामिका बायें कनिष्ठिका से और बायें अनामिका दाहिनी कनिष्ठिका से मिल कर पृथ्वी की ओर दिखलाना जिस में गऊ के चारों स्तन के समान मुद्रा बनजाये ।

२ ज्ञानम्—दाहिने हाथ के अंगूठे और तर्जनी को मिलाकर * गोलाकार कुण्डल के समान बना कान

* मिलाने के समय तर्जनी अंगूठे के समीप तो होनावे किन्तु मध्यभाग थोड़ादिलगरहे नहीं तो राज्ञसीमुद्रा होजाने का भय है ।

के समीप वा हृदय के समीप लगाना ।

३ योनिः—दाहिनी तर्जनी और मध्यमा से बायीं अनामिका को भी बायीं मध्यमा भी तर्जनी से दाहिनी अनामिका को पकड़ करतल को ऊपर की ओर कियेहुए दोनों ओर बलपूर्वक खींचना जिसमें मध्यमा का अग्रभाग मिलजावे, उन मिलेहुए मध्यमाओं के दूसरे गांठ पर कनिष्ठिकाओं को रखना फिर दोनों अंगूठों को कनिष्ठिकाओं के दूसरे गांठ पर रखना जिस में योनि की आकृति बनजावे ।

४ शङ्खम्—दाहिने हाथ की चारों अंगुलियों से बायां अंगूठा पकड़, मूठी बांध बायीं तर्जनी भी बायीं अंगूठे का अग्रभाग मिला शङ्ख का स्वरूप बनाना ।

५ चक्रम्—बायें हाथ के करतल पर दाहिना करतल रख दाहिनी कनिष्ठा को बायें अंगूठे से भी बायीं कनिष्ठा को दाहिने अंगूठे से मिलारखना जिसमें चक्र का स्वरूप बनजावे (गुरु द्वारा जानलेना) ।

६ पङ्कजम्—दोनों हथेलियों को संपुट कर कमल का स्वरूप बना हृदय के समीप रखना ।

७ लिङ्गम्—दाहिनी मूठी बांधकर अंगूठे को सीधा करके बांयों तर्जनों औ अंगूठे से अर्घ्य की आकृति बनाना जिससे शिवलिङ्ग बनजावे (बनवाकर देखना) ।

संहारः—बांयों और दाहिनी हथेलियों के पृष्ठभाग को मिलाकर सब अंगुलियों को एक दूसरे से फंसा उलटा पैर दे कलेजे की ओर से उलटासेहुप आगे को बढ़ाकर दोनों भुजाओं को सीधा कर दोनों तर्जनियों को मिला आगे बढ़ादेना ।



॥ ३८ ॥

जपनिवेदनम् ।

विनियोगः—देवागातुविद इत्यस्य—मनस-
स्पतिर्ऋषिः । वातो देवता । विराद् छन्दः ।
जपनिवेदने विनि०

ॐ देवागातुविदो गातुं विद्वा गा.

तुर्मित । ममसत्पतङ्गमन्देव युञ्जंस्वाहा वातेधाः ॥

शु० य० अ० ८ मन्त्र २१ ।

तत्पश्चात् आगे लिखे विधि से जपार्पण करे

—:३:—

॥ ३९ ॥

जपार्पणम् ।

अनेन प्रातःसन्ध्याङ्गभूतेनामुकसंख्याकेन अथवा
यथाशक्ति गायत्रीमन्त्रजवाख्येन कर्मणा श्री
भगवान् ब्रह्मस्वरूपी सूर्यनारायणः प्रीयतां न मम ॥
इस मन्त्र से दोनों हाथों को जोड़ इष्ट-
देव का ध्यान कर मनसा, वाचा, कर्पणा से जप के
फल को उसी परब्रह्म में समर्पण कर निष्काम होजावे)
तत्पश्चात् दिग्देवता को नमस्कार करे ।

॥ ४० ॥

सूर्यादिदिग्देवतानां

नमस्काराः ।

नीचे लिखे मन्त्रों से सूर्य वी दशों दिशाओं के दिग्देवताओं को नमस्कार करें ।

विनित्यांनः—एकचक्र इत्यस्य—नारायण ऋषिः ।
सूर्यो देवता । उष्णिक् छन्दः । सूर्यनमस्कारं वि०

एकचक्रो रथो यस्य दिव्यः कनकभूषितः ।

स मे धवतु सुप्रीतः पद्महस्तो दिवाकरः ॥

ॐ गायत्र्यै नमः । ॐ सावित्र्यै नमः । ॐ
सन्ध्यायै नमः । ॐ सरस्वत्यै नमः । प्राच्यां (पूर्वे)
दिशि—शोभिन्द्राय नमः । आग्नेय्याम्—ओमत्रये
नमः । दक्षिणस्याम्—ॐ यमाय नमः । नैऋत्याम्—
ॐ नैऋताय नमः । वायव्याम्—ॐ वायवाय नमः ।
वायव्याम्—ॐ वायवे नमः । उत्तरव्याम्—ॐ
कुबेराय नमः । ऐशान्याम्—ओमीदराय नमः ।
ऊर्ध्वायाम्—ॐ ब्रह्मणे नमः । अधस्तात्—ॐ
विष्णवे नमः ।

एवम्प्रकार जिस दिशा के सामने जौन देवता का नाम है उस ओर उसी देवता को हाथ जोड़ तिश्चल मन हो नमस्कार करे । सत्पश्चात् प्रार्थना करे ।

—०—

॥ ४१ ॥

प्रार्थना .

ध्येयः सदा सवितृमण्डलमध्यवर्ती नारायणः
सरसिजासनसन्निविष्टः । केयूरवान्मकरकुण्डलयान्
किरीटी हारी हिरण्यवपुर्धृतशङ्खचक्रः ॥

एवम्प्रकार प्रार्थना करने के पश्चात् नीचे लिखे विधि से सन्ध्याविसर्जन करे ।

—०—

॥ ४२ ॥

सन्ध्याविसर्जनम् ।

हाथों को स्वस्तिकाकार * बना दोनों कर्णों को

* (X) इसी प्रकार दोनों हाथों को एक दूसरे के ऊपर रखने की स्वस्तिकाकार करते हैं ।

स्पर्श करताहुआ नीचे लिखे मन्त्र से विसर्जन करे ।

विनियोगः—उत्तरे शिखर इत्यस्य—कश्यप ऋषिः । सन्ध्या देवता । अतुष्टुष्टु छन्दः । सन्ध्या-विसर्जने विनि० ।

उत्तरेशिखरे देवि भूम्यां पर्वतमस्त-
के । ब्राह्मणेभ्यो विनिर्मुक्ता गच्छदेवि
यथासुखम् ॥

एवम्प्रकार विसर्जन के पश्चात् गोत्रप्रवरोच्चारण
करे ।

॥ ४७ ॥

गोत्रप्रवरोच्चारणम् ।

“अमुकगोत्रोत्पन्नोऽमुकप्रवरान्वितः
शुक्लयजुर्वेदान्तर्गतमाध्यन्दिन वाजस-
नेयशाखाध्यायीऽमुकशर्माहम्” इत्यु-
च्चारयेत् ॥

- यथोदाहरणम्—गौतमगोत्रोत्पन्नो गौ-
तमाङ्गिरसायासेति त्रिप्रवरान्वितः शुक्लयजुर्वेदान्त-
र्गताध्वपन्दिनवाजसनेयशास्त्राध्यायी नारायणभट्टश-
र्म्माऽहमिति ।

तदपश्चात् नीचे लिखे विधिं से अभिवादनम् करे ।

॥ ४४ ॥

अभिवादनम् ।

जमदग्निः—देवताप्रतिमां दृष्ट्वा यतिं दृष्ट्वा
त्रिदशिडनम् । नमस्कारं न कुर्याच्चेत्यायश्चित्ती
भवेद् ब्रजः ॥ १ ॥ यदि स्नातो भवेद्विप्रो मस्तके
तिलकं विना । नमस्कारं न कुर्यात्तमिति शौचर्म
नीपिणः ॥ २ ॥ होलिर्भाष्ये—यस्य देशो
च विज्ञातो नाम गोत्रं त्रिप्ररूपम् । कन्यादाने
पितृश्राद्धे नमस्कारेच वर्जयेत् ॥ ३ ॥ नागदेवः—
पाखण्डं पतितं व्रात्यं महापातकिनं शठम् । सो-
पानत्कं कुतघ्नं च नाभिवादेत्कदाचन ॥ ४ ॥

धावन्तं च प्रमत्तं च शुद्राचारकरं तथा । भुञ्जान
मप्यनाचान्तं नास्तिकं नाभिवादयेत् ॥ ५ ॥ जय-
न्तं च जलस्थं च समित्पुण्यकुशानलान् । उदपात्रं
तथा भैक्षं वहन्तं नाभिवादयेत् ॥ ६ ॥ अग्निक
दगारिकासु—समित्पुण्यकुशान्यम्बुमृत्तिकाक्षतपा-
णिनः । जपं ह्यमं च कुर्वाणा नाभिवाद्यास्तथ
द्विजाः ॥ ७ ॥

टीका—जमदग्नि का वचन है कि देवता की प्रतिमा,
औं त्रिदण्डी यदि (त्रिदण्ड धारी संन्यासी) को देख कर
जो द्विज नमस्कार (अभिवादन) नहीं करता वह प्रा-
यश्चित्ती होता है ॥ १ ॥ जो ब्राह्मण स्नान के पश्चान्
तिलक नहीं करता उसे नमस्कार नहीं करना चाहिये
यह बुद्धिमानों ने कहा है ॥ २ ॥ होलिर्भाष्य में लिखा
है कि जिसके तीन वंश तक का देश, नाम, गोत्र जान
न हो उसे कन्यादान औं पितृश्राद्ध कराना औं नम-
स्कार करना वर्जित है ॥ ३ ॥ नागदेव कहते हैं कि
पाखण्डो, पतित, ब्राह्म (अपने जानि से च्युत) महा-
पापी, शड, जूना रहने हुए, औं कृन्ध. इत्यों को नम-
स्कार (अभिवादन) नहीं करना ॥ ४ ॥ दोड़ता हुआ
मतवाला, शूद्र का आचरण करने वाला, भोजन करता

हुआ, जूठामुंह औ नास्तिक, इतनों को अभिवादन नहीं करना ॥ ५ ॥ जप करता हुआ, जल में स्थित, लकड़ी, पुष्प, कुश, अग्नि, जलपात्र औ भैक्ष (भिक्षा से लब्ध) इतनी वस्तुओं को लियेहुए प्रणम्य पुरुषों को अभिवादन न करे ॥ ६ ॥ आदिककारिका में लिखा है कि लकड़ी, पुष्प, कुश, अग्नि, जल, मट्टी औ अक्षत इतनी वस्तुओं को हाथ में लियेहुए औ जप होम करते हुए ब्राह्मणों को नमस्कार नहीं करना ॥ ७ ॥

अभिवादनमन्त्राः ।

भो आचार्य्य त्वामभिवादये । भो वैश्वानर त्वामभिवादये । भो सूर्याचन्द्रमसौ युवामभिवादये । भो याज्ञवल्क्य त्वामभिवादये । भो ईश्वर त्वामभिवादये । आकाशात्पतितं तोयं यथा गच्छति सागरम् । सर्वदेवनमस्कारः केशवं प्रति गच्छति ॥

पञ्चमूषकार अभिवादन के पश्चात् फिर द्विराचमन करे ।

॥ ४५ ॥

पुनर्द्विराचमनम् ।

वैजंढो जैसे पृष्ठ ११७ अंक २४ में । तत्पश्चात्
ईश्वरस्तुति करे ।

—:३:—

॥ ४६ ॥

ईश्वरस्तुतिः ।

यस्य स्मृत्याच नामांक्त्या तपोपजक्रियादिषु ।

नूनं सम्पूर्णां याति सद्यो वन्दे तमच्युनम् ॥

इस श्लोक को पढ़ (मदस्र शीर्षा) अर्थात् पुरुष-
सूक्त से परमात्मा को स्तुति कर उक्त क्रियेहुए कर्मों
को ईश्वर में अर्पण करे—अनेन प्रातः सन्ध्यापास-
नाग्येन कर्मणा श्री भगवान् ब्रह्मस्वरूपी परमे-
श्वरः प्रीयतां न मम ॥ तत्पश्चात् शिखा खोल देवे ।

॥ ४७ ॥

शिखामुक्ति ।

मनुः—शौचेतु शयने सङ्गे भोजने दन्तधावने ।
शिखामुक्तिं सदा कुर्यादित्येतन्मनुरब्रवीत् ॥

अर्थात् शौच, शयन, मैथुन, भोजन, दन्तधावन
इतने समय शिखा खुली रखनी चाहिये ॥ इसी प्रकार
सन्ध्या के अन्त में भी ईश्वरस्तुति औ अर्पण वर
शिखा खोल देने की चाहिये ।

शिखामुक्तिमन्त्रः ।

ब्रह्मपाशसहस्रेण रुद्रशूलशतेन च ।

त्रिःशुचक्रसहस्रेण शिखामुक्तिं करोम्यहम् ॥

एवम्प्रकार शिखामुक्ति के पश्चात् थाड़ा मौन
होकर ठहर जावे, फिर शिखाबन्धन करे ।

—:॥:—

॥ ४८ ॥

शिखाबन्धनम् ।

पृष्ठ ६६ में दिये हुए शिखाबन्धनमन्त्र से शिखा

प्रांथ नीचे लिखी रीतिसे सन्ध्याङ्ग भूतगायत्रीतर्पण
करे ।

— :: —

॥ ४९ ॥

सन्ध्याङ्गगायत्रीतर्पणम् ।

वित्तियोगः—गायत्र्या—द्विध्वामित्र ऋषिः । सायतन
देवता । गायत्री छन्दः । गायत्रीतर्पणे विनियोगः ।

ॐ भूः—ऋग्वेदपुरुरूपम् तर्पयामि । ॐ
भुवः—यजुर्वेदपुरुरूपम् तर्पे ० । ॐ स्वः—सामवेद
पुरुरूपम् तर्पे ० । ॐ महः—अथर्ववेदपुरुरूपम् तर्पे ० ।
ॐ जनः—इतिहासपुरुरूपम् तर्पे ० । ॐ तपः—
सर्वांगमपुरुरूपम् तर्पे ० । ॐ मन्त्रम्—मन्त्रलोक
पुरुरूपम् तर्पे ० । ॐ भूः—भूतलोकपुरुरूपम् तर्पे ० । ॐ
भुवः—भुवःलोकपुरुरूपम् तर्पे ० । ॐ स्वः—स्वर्गलोक
पुरुरूपम् तर्पे ० । ॐ भूः—एकपदां गायत्रीम् तर्पे ० ।
ॐ भुवः—द्विपदां गायत्रीम् तर्पे ० । ॐ स्वः—
त्रिपदां गा० तर्पे ० । ॐ भूर्भुवः स्वः—चतुष्पदां

गा० तर्प० । ॐ उपसीम्—तर्प० । ॐ सरस्वतीम्—
 तर्प० । , सावित्रीम्—तर्प० । ॐ सरस्वतीम्—
 तर्प० । , वेदमातरम्—तर्प० । ॐ पृथिवीम्—
 तर्प० । , अजाम्—तर्प० । ॐ कौशिकीम्—तर्प० ।
 ॐ सङ्क्षतीम्—तर्प० । ॐ सर्वजितम्—तर्प० ।

एवमप्रकार गायत्रीतर्पण के पश्चात् नीचे लिखे
 मन्त्र से सन्ध्याभूमृत्तिकावन्दन करे ।

॥ ५० ॥

सन्ध्याभूमृत्तिका- वन्दनम् ।

ॐ भूर्भुवः स्वः (गायत्री मन्त्र से) फिर स्वः
 भुवः भूः ॐ । ॐ विष्णावे नमः । ॐ दिष्णावे नमः ।
 इन मन्त्रों से जिस भूमि पर सन्ध्या की गई है उसकी
 मृत्तिका की वन्दना कर प्रातः सन्ध्या समाप्त करे ।
 इति शु० य० मा० प्रातःसन्ध्या प्रयोगः ।

ॐ याध्यन्दिनीयमध्याह्नसन्ध्या ।

सय विधि प्रातः सन्ध्यायन् केवल अंक १४—
अम्बुप्राशन ॥ अंक २०—अर्घ्यदान ॥ अंक
२२—गायत्र्यावाहन ॥ अंक ३३—जगर्षण ॥ में
ज्ञो थोड़े मन्त्रों का भेद है वह नीचे कथ्य कर देखला-
दिया जाता है ।

अंक १४—अम्बुप्राशनम् मध्याह्नाचममेन

चिनियोगः—ॐ आपः पुनस्त्वित्वात मन्त्रस्य ।
नारायण नदयिः । आपोदेवता । गायत्री छन्दः ।
अम्बुप्राशने चिनियोगः ।

ॐ आपः पुनन्तु पृथिवीं पृथिवी पृता पुनातु
मान् । पुनन्तु ब्रह्मणस्पतिर्ब्रह्मपृता पुनातुभाम् ॥
पदुच्छिष्टमभोज्यं च यद्वा दुश्शक्तिं सम । सर्वं
पुनन्तु मामापोऽमतांच प्रतिब्रह्मंस्वाहा ॥ (इन
मन्त्र से मध्याह्नकाल में अम्बुप्राशन करे ।)

अंक २० अर्घ्यदानम्—आहुषांत्य-
नेन मन्त्रेणैकमर्घ्यं दद्यात् ॥ अर्घ्यात् गायत्री मन्त्र
से अभिमंत्रण कर पुष्प अथवा विल्वपत्र मिलाहुवा

जल अञ्जलि में ले उठकर हाथ ऊपर उठा 'ॐ आ-
कृष्णाय, (देखो पृष्ठ ११२) इस मन्त्र से सूर्य को एकही
अर्घ्य मध्याह्नकाल में देवे ।

अंक २८. गायत्र्यावाहन के स्थान में
'सावित्र्यावाहन' कहा जावेगा क्योंकि मध्याह्नकाल
की सन्ध्या सावित्री नाम से प्रसिद्ध है (देखो पृष्ठ ६)

सावित्र्यावाहन मन्त्रः—ॐ तेजोऽसि
(देखो पृष्ठ १२७) इस मन्त्र के साथ निम्न लिखित
मन्त्र को भी पढ़ना होगा ।

ॐ सावित्रीं युवतीं श्वेताङ्गीं श्वेतवाससं त्रिनेत्रां वरदा-
क्षमालां त्रिशूलाश्रयहस्तां वृषभारूढां यक्षुर्वेदतंहितां
रुद्रदैवत्यां तमोगुणायुतां भुवर्लोकव्यवस्थितां आदि-
त्यपथगाभिनीम् । आवाहयाम्यहं देवीप्रायास्तीं
सूर्यमण्डलात् । आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे रुद्र-
वादिनि । वरदां त्र्यक्षरां साक्षाद्देवि साक्षाहयाम्यहम् ।
सावित्रि छन्दसां माता रुद्रयोनि नमोऽस्तु ते ॥
(इस मन्त्र से अवाहन करे ।)

अंक ३९. जपार्पणम्—अनेनमध्याह्न
सन्ध्याङ्ग भूतेन यथाशक्ति कृतेन गायत्रीमन्त्र जप-

वर्माणा श्रीभगवान् रुद्रस्वरूपी सविता देवता
प्रीयतां न यम ॥ (इस मन्त्र से अर्पण करे) ।

शेष प्रातःसन्ध्यावत् केवल अंक ४९ की क्रिया
अर्थात् सन्ध्याङ्गतर्पण नहीं करना चाहिये ।

इति मा० सन्ध्याहसन्ध्याप्रयोगः ।

—:—

अथ मा० व्यान्दिनीयसायंसन्ध्या ।

सब विधि प्रातःसन्ध्यावत् केवल अंक १४—
अम्बुप्राशन । अंक २०—अर्घ्यदान । अंक २८—
गायत्र्यावाहन । ओ अंक ३६—जर्पार्पण । में
जो कुछ थोड़ा भेद है वह नीचे वर्णन किया जाता है ।

अंक १४. अम्बुप्राशनेषू (सायमाचमनम्)

विनियोगः—ओमश्चिचमेनि मन्तव्यः—नारायण
ऋषिः । अग्निदेवता । अनुष्टुप्छन्दः अम्बुप्राशने वि०

ओमग्निश्च गामन्युश्च मनुष्यपतयश्च मनुकृते-
भ्यः पाप्मेभ्यो रजन्ताम् । यदहो पापमकार्षद् ।
एनसा वाजा हरताभ्याम् । मद्भयामुदरेण शिक्षा ।

अहस्तदवलुम्बतु । यत्किञ्चिद्भुरितं श्रियि । इदमहं
माममृतयानौ । सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥
(इस मन्त्र से सायंकाल पश्चिम मुख बैठ अम्बुप्राशन करे)

अंक २०. अर्घ्यदानम् (प्रणवव्याहृतिपूर्व-
या सावित्र्या त्रिरर्घ्यं दद्यात्) ।

गृह्यपरिशिष्टसूत्रे—अथाचम्य दर्भपाणिः
पूर्णशुद्धकाञ्चलिमुद्धृत्यादित्याभिमुखः स्थित्वा प्रणव-
व्याहृतिपूर्वया सावित्र्या त्रिरर्घ्यं निवेद्य क्षिपेदिति ॥

टीका—आचमन कर हाथ में कुश लियेहुए पूर्ण
अञ्जलि में जल ले सूर्याभिमुख अर्थात् पश्चिममुख रुद्ध
हो महाव्याहृतियों के सहित सावित्री मन्त्र से तीन
अर्घ्य देवे (देखो सावित्री मन्त्र लाल पत्र पृष्ठ २४) ।

अंक २८. आवाहनम्—गायत्र्यावाहन
के स्थान में सरस्वत्यावाहन कहा जावेगा क्योंकि
सायंकाल की गायत्री, सरस्वती नाम से प्रसिद्ध है ।

—आवाहव मन्त्रः—ॐ तेजोऽसि (देखो पृष्ठ १२७)
इस मन्त्र के साथ निम्नलिखित मन्त्र भी पढ़ना होगा ।

ॐ दृढां सरस्वतीं कृष्णां पीतवस्त्रां* चतुर्भु-
जाम् । शङ्खचक्रगदापद्महस्तां गरुडवाहिनीम् ।
सामवेदकृतोत्सङ्गां सर्वलक्षणसंयुताम् । वैष्णवीं
विष्णुदेवत्यां विष्णुलोकनिवासिनीम् । आवाह-
यास्यहं देवीमायान्तीं विष्णुमण्डलात् । आगच्छ
वरदे देवी त्रयक्षरे विष्णुवादिनि । सरस्वती छन्दसां
मातर्विष्णुयोनि नमोऽस्तु ते ॥

३६ जपार्पणम्—अनेन सार्य सन्ध्याङ्ग
भूतेन बहुलगोत्रधारिण्या गायत्र्या यथाशक्ति कृतेन
जपकर्मणा श्रीभगवान् विष्णुस्वरूपी सविता देवता
प्रीयतां न मम ॥

गीत सव विधि प्रातःसन्ध्यावत् केवल सन्ध्याङ्ग
नायत्रीतर्पण नहीं करना होगा ।

इति सार्यसन्ध्याप्रयोगः ।

इति शु० यजुर्वेदीयमाध्यन्दिनशास्त्रीय
सन्ध्याप्रयोगः ।

—*—

* केचित् पुस्तकेषु 'कृष्णावस्त्रां' एवमपि पाठोदृश्यते ।

॥ अथ ॥

सु० य० काण्वशास्त्रीय सन्ध्याविधिः ।

सच विधि माध्यन्दिनशाखा के, अर्चनारही
करना होगा केवल अंक १२ पुनराचमन । अंक
२१ सूर्योपस्थान । अंक २२ सूर्यमदक्षिणा में
जो थोड़ा अन्तर है वह नीचे दिखलाया जाता है ।
अंक १२ पुनराचमन 'ऋतञ्च सत्यमिति'
(देखो पृष्ठ १०८) से करना होगा ।

अंक २१ सूर्योपस्थान में उदयतमसः ।
उदुत्यंजातवेदसम् । त्रिभुवनेषु । तच्चतुर्देव-
हितम् । इन चारों के पश्चात् निम्नलिखित मन्त्रों को
अधिक पढ़ना होगा ।

विनियोगः—ॐ स्वयम्भून्सीति मन्त्रस्य—
प्रजापति ऋषिः । याजुषीज्जिह्वानन्दः । सूर्यो-
देवता । सूर्योपस्थाने विनियोगः ।

ॐ स्वयम्भूतं ध्रेजो नृसिंघचोदा
असिंघोमेदेहि । शु० य० अ० २ मन्त्र २६ ।

विनियोगः—ॐ आकृष्णेनेत्यस्य—निरस्य-
स्तप ऋषिः । त्रिष्टुप्छन्दः । सविता देवता ।
मृग्योपस्थाने वि० ।

ॐ आकृष्णेन रजसा (देवो पृष्ठ ११२) ।

विनियोगः—प्रजापति ऋषिः । याजुषी
बृहतीछन्दः । सूर्योदेवता । सूर्यप्रदक्षिणायां वि०

अंक २२, सूर्यप्रदक्षिणा [सूर्यस्यावृत्तमन्वावर्त्तं]
इती मन्त्र ज्ञे प्रदक्षिणा करनी होगी (शु० य० अ०
२ मन्त्र २३ का अन्तिम भाग) ।

शेष माध्यन्दिनशास्त्रावन् ।

शुक्लयजुर्वेदीय माध्यन्दिनशास्त्रा के तीनों काल
की सन्ध्या में जो कुछ अन्तर है इस काण्वशास्त्रा के
मध्याह्न और सायं में भी वैसाही जानना ।

इति काण्वशास्त्रीयसन्ध्याप्रयोगः ।

॥ अथ ॥

कृष्ण य० तैत्तिरीय सन्ध्याविधिः ।



सब विधि यजुर्वेदीयमाध्यन्दिनशाखा ...
 स्तारही करना होगा केवल । अंक १६. पुनर्मर्जन ।
 अंक २०, अर्घ्यदान । अंक २१. सूर्योपस्थान ।
 अंक २८, गायत्र्यावाहन । अंक ३०, गायत्री
 रूप । अंक ३६, गायत्री जप । अंक ४०, दिग्दे-
 घता नमस्कार । अंक ४१, प्रार्थना । अंक ४२,
 सन्ध्याविसर्जन । मैं जो कुछ अन्तर है वह आगे
 दिखलाया जाता है ।

अंक १६ पुनर्मर्जन—नीचे लिखे मन्त्रों
 से किया जावेगा ।

विनियोगः—ॐ दधिक्रावण इति पञ्चर्चस्य—
 दधिक्राव ऋषिः । अनुष्टुप्छन्दः । अश्वोदेवता ।
 पुनर्मर्जने विनियोगः ।

ॐ दधिक्रात्रोः अकारिषं जिष्णोर्ध्वस्य वा-
जिनः । सुरभि नो मुखां कुरुत्तु गुं आर्यूँषि
तारिषत् ॥ (तै० सं० का० १ प्र० ५ अ० ११)

ॐ हिरण्यवर्णाः शुचयः पावकां यासु जातः
कुर्यपो यास्विन्द्रः । अग्नि या गर्भं दधिरे विस्-
पास्ता न आपः शंभ्योना भवन्तु ॥

तै० सं० का० ५ प्र० ६ अ० १ ।

ॐ यासां राजा वरुणो याति मध्ये सत्यानुते
अवश्ययजनानाम् । मधुश्चुतः शुचयो याः पाव-
कास्ता न आपः शंभ्योना भवन्तु ॥

तै० सं० का० ५ प्र० ६ अ० १ ।

ॐ यासां देवा दिवि कुरुवन्ति भुक्तं या अ-
न्तरिक्षे बहुधा भवन्ति । याः पृथिवीं पर्यमोन्द-
न्ति शुक्रास्ता न आपः शंभ्योना भवन्तु ॥

तै० सं० का० ५ प्र० ६ अ० १ ।

ॐ शिवेन मां दन्तुषा पश्यताऽऽपः शिवयां

नीचे लिखे मन्त्रों को भी यह प्रातरूपस्थान करने
होगा ।

विनियोगः—ॐ मित्रस्येति चर्चम्य—विश्वामित्र
ऋषिः । निचुहुभायत्री छन्दः । मित्रोदेवता । सूक्तो-
पस्थाने विनियोगः ।

ॐ मित्रस्य चर्चशीधुतः श्रयो दुवस्य सानुनिम् ।
हन्तं चित्रश्रवस्तमम् ॥

तै० सं० का० ३ प्र० ४ अ० ११ ।

ॐ मित्रो जनान्यातर्याति मजानन्मित्रो दाधार
पृथिवीमुत धाम् । मित्रः कृष्टीरनिमिषाऽभिचष्टे
मत्पायं हव्यं घृतवदिधेम ॥

तै० सं० का० ३ प्र० ४ अ० ११ ।

ॐ प्र स मित्र मतो अस्तु प्रयस्यान्यस्त आदित्य
जिज्ञति व्रतनं । नहन्यते न जीयते त्वानो नैनमर्धं
अग्नोत्यन्तिता न दृगन् ॥

तै० सं० का० ३ प्र० ४ अ० ११ ।

मध्यरात्रीपर्यन्तम्—प्रातरूपस्थान के अनु-
सारही माध्याह्निक के चारों मन्त्रों के साथ नीचे लिखे

मन्त्रों को अधिक पढ़ना होगा ।

धिनियोगः—आसत्येन यउद्गानितिद्वयोः (हिर-
ण्यस्नूय ऋषिः । त्रिष्टुप्छन्दः । सवितादेवता । सूर्यो-
पस्थाने धिनि० ।

ॐ आ सत्येन रजसा वर्तमानो निवेशयन्मृतं
मर्त्यं च । हिरण्ययेन सविता रयेनाऽऽदेवो याति
भुवना विपश्यन् ॥ तै० सं० का० प्र० ४ अ० ११ ।

ॐ य उदगान्महतोऽर्वाङ्निभ्रार्जमानः सरिरस्य
मध्यात्स मा वृषभोऽलोहिताक्षः सूर्यो विपश्चिन्मनमा
धुनातु ॥ तै० भा० प्र० ४ अ० ४२ ।

सायमुपस्थानम्—उक्त प्रकार ही नीचे
लिखे मन्त्रों को अधिक पढ़ना होगा ।

धिनियोगः—इमस्मे, इत्यस्य—शुनःशेष ऋषिः ।
गायत्री छन्दः । वरुणोदेवता । सूर्योपस्थाने धिनि० ।

ॐ इमस्मे वरुण शुधी हवमद्या च मृडय ।
त्वामवुर्युराचके ॥ तै० सं० का० २ प्र० १ अ० ११

विनियोगः—ॐ तत्त्वा यामीति चतसृणां—शुनःशेफ
प्रहपिः । त्रिष्टुप्छन्दः । वरुणो देवता । सूर्योऽगस्थाने वि० ।

ॐ तत्त्वां यामि ब्रह्मणा वन्दमानस्तदाशास्ते
यजमानो हविर्भिः । अहेडनानो वरुणो ह वोऽथु-
रुशंभु मा नु आयुः प्रमोषाः ॥

तै० सं० का० २ प्र० १ अ० ११ ।

ॐ यच्चिच्छि ते विज्ञो यथा म देव वरुण वृ-
त्तम् । मिनीमसि द्यवि द्यवि ॥

तै० सं० का० ३ प्र० ४ अ० ११ ।

ॐ यत्किञ्चेदं वरुण दैव्ये जनेऽधिद्रोहं मनु-
ष्याश्चरामसि । अर्चिर्त्ता यत्तव धर्मा युवाप्सि मा
नुस्तस्मादेनसो देव रीरिषः ॥

तै० सं० का० ३ प्र० ४ अ० ११ ।

ॐ कितुवामो यद्रिःरिपुर्न दीवि यद्वा घा स-
त्यमुत यन्न वित्र । सर्वा ता विष्य शिथिरेवं
देवाथा ते स्याम वरुण मियासः ॥

तै० सं० का० ३ प्र० ४ अ० ११ ।

अंक २८ गायत्र्यावाहन—तैत्तिरीयशास्त्रा-
धालों को नाचे लिखे मन्त्र से आवाहन करना होगा ।

विनियोगः—ओजोसोत्यस्य—गरमेष्टी प्रजापति-
ऋषिः । आज्यदेवता । जगती छन्दः । गायत्र्या-
वाहनं विनियोगः ।

ॐ ओजोऽमि सहोऽसि वलममि भ्राजोऽमि
देवानां धामनामाऽसि विश्वंपसि विश्वायुः सर्वम-
सि सूर्यायुरभिभूत्रो गायत्रीमावाहयामि सावित्री-
मावाहयामि सरस्वतीमावाहयामि छन्दर्षीमावाह-
यामि श्रियमावाहयामि ॥ ते. आ. प्र. १० अ. ३५ ।

अंक ३० गायत्रोरूपम्—गायत्र्या—
गायत्रीछन्दः । विश्वामित्र ऋषिः । सविता देवता ।
अग्निर्मुख । ब्रह्माशिरो । विष्णु हृदयम् । रुद्रः
शिखा । पृथिवी योनिः । प्राणापानव्यानादान
प्रदानाः प्राणाः । श्वेतवर्णा । साङ्गदायनगोत्रा ।
गायत्री चतुर्विंशत्यक्षरा त्रिपदा । षट्पञ्चजिः ।
पञ्चशीर्षोपनयने विनियोगः ।

ॐ तत्सवितुः (देखो लाल पृष्ठ ख) ।

अंक ३६ -- गायत्रीजपः --- सब विधि माध्यन्दिनशांखा के अनुसारही है केवल जप से पूर्व (ओमित्येकाक्षरं ब्रह्म) इतना अधिक पढ़ लेनाहोगा ।

अंक ४०. दिग्देवतानां नमस्कारः
तैत्तिरीयसन्ध्यावालों को नीचे लिखे मन्त्र से दिग्देवताओं को नमस्कार करनाहोगा ।

ॐ नमः प्राच्यै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रति-
वसन्त्येताभ्यश्च नमो नमो दक्षिणाय दिशे याश्च
देवता एतस्यां प्रति० नमो नमः प्रतीच्यै दिशे याश्च
" प्रति० " नम उदीच्यै "
" प्रति० " " ऊर्ध्वायै "
" प्रति० " नमो अधरायै "
" प्रति० " " अवान्तरायै "
" प्रति० " " गङ्गायमुनयोर्मध्ये ये'
वसन्ति ते मे प्रसन्नात्मानश्चिरं जीवितं वर्धयन्ति
नमो गङ्गायमुनयोर्मुनिभ्यश्च नमो नमो गङ्गायमुन-
योर्मुनिभ्यश्च नमः ॥ (तै० आ० प्र० २ अ० २)

ॐ काशोऽकार्पिन्नमो नमः, तै० आ० प्र० १० अ० ६१

ॐ मन्युरकार्पिन्नमो नमः, तै० आ० प्र० १ अ० ६२

अंक ४१ प्रार्थना

नीचे लिखे मन्त्र से प्रार्थना करे ।

ॐ - याधंसदा सर्वभूतानि स्थावराणि
चराणि च । सायं प्रातर्निगस्यन्ति सा मा सन्ध्या
अभिरक्षतवो नमः ॥

तै० आ० प्र० २ अ० २० ।

अंक ४२. सन्ध्याविसर्जनम् नीचे लिखे मन्त्र से
सन्ध्याविसर्जन करना होगा ।

विनियोगः—उत्तमे शिखर इत्यस्य—अथप अदधिः ।
सन्ध्यादेवता । अनुष्टुप्छन्दः । सन्ध्याविसर्जने विनि० ।

ओमुत्तमे शिखरे जाते भूस्यां पर्य-
तमूर्ध्वं । ब्राह्मणेभ्योऽभ्यर्च्यता गच्छ देवि
यथास्तुतम् ॥ (तै० आ० प्र० १०, अ० ३६)

इस तैत्तिरीयशास्त्रा वालों को एक क्रिया यह अधिक करना पड़ेगी कि नीचे लिखे मन्त्र से दिवलोक और पृथिवी की स्तुति करनी होगी।

ओमिदं द्यावापृथिवी सत्यमरतु । पितृ-
मतर्यद्विहोषवृषे वाम् । भूतं देवानामवमं
अवेभिः । विद्यामेपं वृजनें जारदानुम् ॥

(तै० ब्रा० का० २ प्र० ८ म० ४)

मध्याह्न * ओं सायं भी इसी प्रकार जानना ।

इति य० तैत्तिरीयसन्ध्याप्रयोगः ।

—:४:—

कृ० य० हिरण्यकेशीय

सन्ध्याविधिः ।

सब क्रियायें तैत्तिरीयसन्ध्या के अनुसारही करनी

* जोकुछ दो एक मन्त्रों का प्रातः मध्याह्न ओं सायं में
अन्तर है वह पूर्वादि दिशा आए हैं ।

आहिये, केवल । अंक ७. आचमन । अंक १३. मार्जन । अंक ३२. गायत्रीमार्थना । अंक ४०. दिन्देयता नमस्कार । अंक ४२. सन्ध्याविसर्जन । अंक ४४. अभिवादन । मैं जो मन्त्रों की अधिकता है वह इस स्थान में स्पष्ट कर दिखलाई जाती है ।

अंक ७ आचमन में आपोहिष्ठा, (देखो पृष्ठ १००) के साथ नीचे लिखाहुआ मन्त्र अधिक पढ़ना होगा ।

ओमापो वा इदं ॐ सर्वं विश्वा भूतान्यारपः
प्राणो वा आपः पशव आपोऽन्नुमापोऽमृतमारपः
सम्राडापो विराडापः स्वराडापश्छन्दा ॐ स्यापो
ज्योती ॐ व्यापो यजू ॐ व्यापः सत्यमापः सर्वा
देवता आपो भूर्भुवः सुवरोप ॐ ॥

तै० आ० प्र० १० अ० २६ ।

अंक १३. मार्जनम्—ओमापोहिष्ठा म-
योभुवः—के साथ नीचे लिखेहुए मन्त्रों को अधिक
पढ़ना होगा और सब मन्त्र तैत्तिरीय पुनर्मार्जन
के समानही हैं ।

ॐ पर्वमानः सुवर्जनः । पवित्रेण विचर्षणिः ।

यः पोता स पुनातु मा ॥ १ ॥ ॐ पुनन्तु मा
 देवजनाः । पुनन्तु मनसो धिया । पुनन्तु विश्व
 आयवः ॥ २ ॥ ॐ जालवेदः पवित्रवत् । पवित्रेण
 पुनाहि मा । शुक्लेण देव दीधत् । अग्ने ब्रह्मा
 क्रतुंरनु ॥ ३ ॥ ॐ येन पवित्रमर्चिषि । अग्ने
 विततमन्तरा । ब्रह्म तेन पुनीमहे ॥ ४ ॥ ओमुभा-
 भ्यां देव सवितः । पवित्रेण सवेन च । इदं ब्रह्म
 पुनीमहे ॥ ५ ॥ ॐ वैश्वदेवी पुनती देव्यागात् ।
 यस्य ब्रह्मस्तनुवो वीतपृष्ठाः । तया मदन्तः सधु-
 माद्येषु । वयंस्याम गतया रयाणाम् ॥ ६ ॥
 ॐ वैश्वानरो रश्मिभिर्मा पुनातु । वातः प्राणेन-
 पिरो मनोभूः । द्यावापृथिवी पर्यसा पर्योभिः ।
 ऋतावरी यज्ञिय मा पुनीताम् ॥ ७ ॥ ॐ बृहद्भिः
 सवितस्तुभिः । वर्षिष्टदेवे मन्माभिः । अग्ने दक्षैः
 पुनाहि मा ॥ ८ ॥ ॐ येन देवा अपुनत । येनाऽऽ-
 पो निव्यंकशः । तेन दिव्येन ब्रह्मणा । इदं ब्रह्म
 पुनीमहे ॥ ९ ॥ ॐ यः पविमान्निरुध्यति । ऋषिभिः

संभृतुं रसम् । सर्वं स पूतमश्नाति । स्वदितं
 मातरिभ्यः ॥ १० ॥ ॐ पावमानीयो अध्येति ।
 ऋषिभिः संभृतुं रसम् । तस्मै सरस्वती दुहे ।
 क्षीरं सृष्टिर्मधुकम् ॥ ११ ॥ ॐ पावमानीः
 स्वस्त्ययनीः सुदुधा हि पयस्वतीः । ऋषिभिः सं-
 भृतो रसः ब्राह्मणोऽमृतं हितम् ॥ १२ ॥ ॐ
 पावमानीर्दिशन्तु नः । इमं लोकमधो अग्रम् । का-
 मान्तसमर्चयन्तु नः । देवीर्देवैः सुमाभृताः ॥ १३ ॥
 ॐ पावमानीः स्वस्त्ययनीः । सुदुधा हि घृतश्चु-
 तः । ऋषिभिः संभृतो रसः । ब्राह्मणोऽमृतं
 हितम् ॥ १४ ॥ ॐ येन देवाः पवित्रेण । आ-
 त्मानं पुनते सदा । तेन सहस्रधारेण । पावमान्यः
 पुनन्तु मा ॥ १५ ॥ ॐ प्राजापत्यं पवित्रम् । शु-
 तोद्यामं हिरण्यम् । तेन ब्रह्मविदो वयम् ।
 पूतं ब्रह्म पुनमहे ॥ १६ ॥ ओमिन्द्रः सुनीतो सह
 मा पुनातु । सोमः स्वस्त्या वरुणः समीच्या ।
 यमो राजा प्रमृणामिः पुनातु मा । जातेर्वदा मो-
 र्जयन्त्या पुनातु ॥ १७ ॥ (तै० ब्रा० का० ६ प्र० ४ अ० ८)

अंक ४०. दिग्देवता नमस्काराः—

सब मन्त्र बैसे हो जैसे तैत्तिरीय में केवल । ओमा-
वान्तरदिशाभ्यां नमः (के साथ) संभवन्तु दिशो-
मयी समागच्छन्तु मृतताः सर्वकामा अभियन्तुनः
प्रिया अभिश्रवन्तुनः प्रिया अभिवाद्ये । इतना
अधिक पढ़ना होगा ।

अंक ४२. सन्ध्याविसर्जनम्—त्रैलोक्ये

जैसे तैत्तिरीयशास्त्र में केवल नीचे लिखे हुए मन्त्रों
को अधिक पढ़ना होगा ।

ॐ स्तुतो मया वरदा वेदमाता प्रचोदयन्ती
पवने दिजाता । आहुः पृथिव्यां द्रविणं ब्रह्म
वृक्षं मह्यं दत्त्वा प्रजातुं ब्रह्मलोकम् ॥

तै० आ० प्र० १० अ० ३६ ।

ॐ घृणिः सूर्य आदित्यो न प्रभा
वात्यक्षरम् । सर्वं क्षरन्ति तद्रसम् । स-
त्यं वै तद्रसमापो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म

भूर्भुवः सुवरोम् ।

(तै० आ० प्र० १० अ० ३७)

अंक ४४. अभित्रादनम्—वैसेही जैसे
माध्यन्दिनसन्ध्या में केवल नीचे लिखे मन्त्रों को
अधिक पढ़ना होगा ।

ॐ ब्रह्मलोकायनमः । विष्णुलोकायनमः ।
रुद्रलोकायनमः । सन्ध्यायैनमः । विधायैनमः ।
सरस्वत्यैनमः । वेदायनमः । वेदपुरुषायनमः ।
इष्टदेवताभ्योनमः । कुलदेवताभ्योनमः । स्थान
देवताभ्योनमः । वास्तुदेवताभ्योनमः । एतत्कर्म
प्रधानदेवताभ्योनमः । सर्वेभ्योदेवेभ्योनमः । सर्वेभ्यो
ब्राह्मणेभ्यो नमोनमः ।

ओमाकाशात्पतितंतोयं यथागच्छतिसागरम् ।
सर्वदेवनमस्कारः केशवंप्रतिगच्छति ॥

तत्पश्चात्केशवाय नमः । नारायणाय नमः
इत्यादि मन्त्रों से आचमन कर प्राणायाम के सहित
“सन्ध्यार्पण” वैसेही करे जैसे पूर्व की शाखाओं में ।
केवल नीचे लिखा हुआ मन्त्र अधिक पढ़े ।

ॐ वर्षन्ते विष्णुनाम आहुणोमि तन्म
जुषस्व शिपिविष्ट हव्यम् । वर्धन्तु त्वा
सुप्तुतयो गिरो मे यूयं पात स्वस्तिभिः
सदा नः ॥

तै० सं० का० २ प्र० २ अं १२ ।

मध्याह्न * औ सायं भी इसी प्रकार करनाहोगा
केवल सूर्योपस्थान में जो थोड़ा भेद है वह यह है कि
'मध्याह्नोपस्थान' में उदयम् । उदुत्यम् । चित्रम् ।
तच्चक्षुः † । इन चारों के साथ निचला मन्त्र अधिक
पढ़नाहोगा ।

ॐ य उदगान्महतो (देखो पृष्ठ १६६) ।

और 'सायमुपस्थान' में 'ओमिमंसे वरुण' (देखो
पृष्ठ १६६) 'ॐ तत्त्वायामि' औ 'ॐ यन्चिद्धिते'

* जहाँ २ जोड़ल अन्तर है वह तैत्तिरीय में भली भाँति
दिखला आयेहै ।

† अर्दीना : स्थान के स्थान में अजीताः स्थान और
'भूदश्च शरदः शतात्' के स्थान में 'ज्योक् च सधदशे'
बदल देनाहोगा ।

(देखो पृष्ठ १६७) इन मन्त्रों के साथ निचले दी मन्त्रों को अधिक पढ़न होगा ।

ॐ त्वं नो अग्ने वरुणस्य विद्वान्दे-
वस्य हेडोऽव्यासिलीष्ठाः । यजिष्ठो व-
ह्निदमः शोशुचानो विष्वा द्वेपां॑सिप्रमुग्ध्य-
स्मत् ॥

तै० सं० का० २ प्र० ५ अ० १२ ।

ॐ स त्वं नो अग्नेऽवमो भवोती ने-
दिष्ठो अरुया उपतो व्युष्टौ । अर्व यक्ष
नो वरुणं॑ रराणो वीहि मृडीकं॑ सु-
ह्वो न एधि ॥

तै० सं० का० २ प्र० ५ अ० १२ ।

—:—:—

ऋग्वेदीयसन्ध्याविधिः

विदिन होवे कि ऋग्वेदवाले किसी भी शाखा के हों आगे कथनकीहुई रीति से सन्ध्या करें ।

सब क्रियायें शु० य० माध्यन्दिनशास्त्र के अनुसारही करनाहोगी केवल अंक ४, भस्मधारण । अंक ६, पवित्रधारण । अंक १३, मार्जन । अंक २०, शार्ङ्गदान । अंक २१, सूर्योपस्थान । अंक २७, गायत्री पढ़ङ्गन्यास । अंक ३०, गायत्री ध्यान । अंक ४०, सूर्यादिदिदेवतानमस्कार । अंक ४२, सन्ध्यादिमर्जन । अंक ५० सन्ध्या भूमृत्तिकामन्दन । मैं जो थोड़ा अन्तर है इस स्थान में स्पष्ट कर वर्णन कियाजाताहै ।

अंक ४. भस्मधारणस् (तिलकः) यदि भस्मधारण करना हो तो सब विधि शु० य० माध्यन्दिनशास्त्र के अनुसारही करनाहोगा किन्तु तिलक धारण करने में तिलक के जल को गायत्री मन्त्र से अभिमन्त्रण कर नीचे लिखे मन्त्रों से 'मृत्तिकामर्दन' भी 'तिलकधारण' करनाहोगा ।

ऋ० वै० मृत्तिकामर्दनसन्तः ।

वित्तियोगः—ॐ तद्विष्णोर्वि मन्त्रः—क. श्रुत्वा
सैव्रान्तिथिः ५० विष्णुदेवता । गायत्रीमन्दः । सृत्ति-
कान्तिमन्त्रणे वि० ।

ॐ तद्विष्णोः परमं पदं सदापश्यन्ति सुरयः
दिधीव चतुराततम् ॥

तिलकधारणमन्त्रः ।

विनियोगः—ओमतो देवेति मन्त्रस्य—काण्वो मेधा-
निधिर्ऋषिः । विष्णुर्देवता । गायत्री छन्दः । तिलक-
धारणे वि० ।

ओमतो देवाऽब्रवन्तु नो यतो विष्णुर्विचक्रमे
पृथिव्या सप्तधामभिः ॥

अंक ९. पवित्रधारणम् ।

ऋग्वेदवालों को प्रथम सप्तव्याहृतियों के साथ
नोवे लिखे मन्त्र से पवित्रधारण करना होगा । सप्त-
व्याहृति ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः इत्यादि
(देखो पृष्ठ ८४, ८५) ।

विनियोगः—ॐ पवित्रवन्त इत्यादि मन्त्रयो—
ब्रह्मा ऋषिः । बृहस्पतिर्देवता । जगती छन्दः । पवि-
त्रधारणे गीत० ।

ॐ - पुवित्रंयन्तुः परिव्राजमामते पितृपितृणां
 ऽध्वमिरजतिव्रतम् । मुहः भंसुद्रं वरुणास्तिरोदधे
 र्धागुऽदच्छेदुर्ध्वरुणोऽध्वारभम् ॥ १ ॥ ॐ पुवित्रंते-
 विदते व्रजरास्यते मुमुगांश्राणिपुनोप विवृतः ।
 अनेसानू नेतदामोऽर्चश्चनेश्रुतागुऽद्वदन्तस्तत्त्वमाशत
 ॥ १ ॥ ऋ० सं० अ० ७ अ० ३ व० ८ मं० १

(१) ऋ० सं० अ० ७ अ० २ व० २६ मं० ३ ।

अंक १३. मार्जनम् ।

ऋग्वेदवाले किसी भी शाखा के हों गायत्री मन्त्र
 के साथ नीचे लिखे मन्त्रों से मार्जन करें ।

विनियोगः—आपोहिष्ठेति नवर्चस्य सूक्तस्य गम्ध-
 रीयः सित्युद्धीप ऋपिः । आपो देवता । गायत्रीछन्दः
 पञ्चमी वद्ध मानां । सप्तमी प्रतिष्ठा । अन्त्येष्टे अनुष्टुभौ
 मार्जने विनियोगः ।

‘ओमापोहिष्ठा०’ से ‘ओमापोजनयथाचनः’

तक (द्वेको पृष्ठ १००, १०१) १, २, ३,

ॐ शं नो देवीरभिष्टय आपो भवन्तु पीतये ।
 शं योरभिस्रवन्तु नः ॥ ४ ॥ ओमीशाना वार्याणां
 क्षयन्तीश्वर्पणीनाम् । अपोयाचामि भेषजम् ॥ ५ ॥
 ओमुस्तु मे सोमो अब्रवीदुन्तर्विश्वानि भेषजा ।
 अग्निं च विश्वशंभुवम् ॥ ६ ॥ ओमार्षः पृणीतः
 भेषजं वरूथं तुन्वेभुमम् । ज्योक्च सूर्यं दृशे ॥ ७ ॥
 ओमिदमार्षः प्रब्रूत यत्किंच दुरितं मयि । यद्वा-
 ऽहमभिदुद्रोहं यद्वा शेष उतानृतम् ॥ ८ ॥ ओमार्षो
 अद्यान्वचारिषुं रसेन समंगस्महि । पर्यस्वानमु आगहि
 तं मा संसृज वर्चसा ॥ ९ ॥

ऋ० सं० अ० ७ अ० ६ व० ५ ।

फिर उक्त मन्त्रों के साथ ओमापोज्योतिः*
 अर्थात् शोष मन्त्र से भी मार्जन करे ।

अंक २०. अर्घ्यदानम्—ऋः वे ० चाले
 प्रथम तीन चार गायत्री पढ़ तीन अर्घ्य निवेदन कर

* मध्याह्न औ सायंकालमें इस मन्त्र से आत्मपरिषेचन
 भी करे अर्थात् जल अपने चारों ओर छिड़ सत्रांग को पवित्र करे ।

ॐ श्रीसवित्रे इदमर्घ्यं समर्पयामि । इस मन्त्र से समर्पण कर फिर ओमापोज्योती रसो० (देखो पृष्ठ ८५) और ॐ तेजोऽग्नि तेजोमयि धेहि इस से तेजआकर्षण* कर ओमसावादित्याद्रक्ष पद अर्घ्य प्रदान की क्रिया समाप्ति करें ।

तत्पश्चात् फिर आचमन कर समस्तव्याहृतियों के साथ गायत्री मन्त्र से आमनोपवेशन कर अर्थात् फिर आसन पर बैठ तीन प्राणायाम कर केवल सप्तव्याहृतियों से आत्माभ्युत्थान करें ।

मध्याह्नकाल में नीचे लिखे मन्त्र से अर्घ्य देना चाहिये ।

ॐ हंसःशुचिपद् (देखो पृष्ठ १६४) ।

मध्याह्न भी सायं में अर्घ्यप्रदान की और सब क्रियायें प्रातःसन्ध्याके समानही करनी होगी ।

अंक २१. सूर्योपस्थानम् ।

तीनों काल में जो भेद है इस स्थान में चिलग २ दिखलाया जाता है ।

* तेजआकर्षण भी आत्माभ्युत्थान ये दो क्रियायें ऋग्वेद वालों को अर्घ्यदान के साथ अधिक है ।

ऋग्वेद प्रातरुपस्थानमन्त्राः ।

विनियोगः—ॐ जातवेदस इत्यस्य-मारीचः कश्यप
ऋषिः । जातवेदा अग्निर्देवता । निचत् रिष्टुच्छन्दः ।
धैवतः स्वर्गः । सूर्योपस्थाने वि० ।

ॐ जातवेदसे सुनवाम सोममरातीयतो निदहाति
वेदः । स नः पर्पदति दुर्गाणि विश्वा नावेव सिन्धुं
दुरिताऽत्यग्निः ॥ ऋ० सं० अ० १ म० ७ ष० ७ ।

उक्त मन्त्र के साथ निचले सब मन्त्र प्रातरुप-
स्थान में पढ़े जावेंगे ।

विनियोगः—तच्छयोरित्यस्य शंयुर्ऋषिः । विश्वे-
देवा देवता । शक्नीच्छन्दः । सूर्योपस्थाने वि० ।

ॐ तच्छं योराष्टणीमहे गातुं यज्ञाय गातुं यज्ञ-
पतये दैवीं स्वस्तिरस्तु नः स्वस्तिर्मानुषेभ्यः ।
ऊर्ध्वं जिगातु भेषजं शने अस्तु द्विपदे शं चतुष्पदे ॥

विनियोगः—नमोब्रह्मण इत्यस्य—प्रजापतिर्हविः ।
विश्वेदेवा देवता । जगतोछन्दः । सूर्योपस्थाने वि० ।

ॐ नमो ब्रह्मणे नमो अस्त्वग्नये नमः पृथिव्यै
नम ओपधीभ्यः । नमो वाचे नमो वाचस्पतये नमो
विष्णवे महते करोमि ॥

आ० गृहसूत्र अ० ३ ।

विनियोगः—मित्रस्येति चतसृणां—विश्वामित्र ऋषिः ।
मित्रोदेवता । गायत्रोछन्दः । सर्वेषां सूर्योपस्थाने वि०

ॐ मित्रस्य चर्षणीवृद्धोवां देवस्य सानुसी ।
छुम्नं चित्रश्रवस्तमम् ॥ १ ॥ ओमभि यो महिना
दिवं मित्रो बभूव सुप्रथाः । अभि श्रवोभिः पृथि-
वीम् ॥ २ ॥ ॐ मित्राय एज्व येमिरे जना अभि-
ष्टिशवसे । स देवान्विश्वान्विभर्ति ॥ ३ ॥ ॐ मित्रो
देवेष्वायुषु जनाय वृक्तवर्हिषे । इपं इष्टव्रता अकः ४

ऋ० सं० अ० ३ अ० ४ व० ६ ।

ऋग्वेद मध्याह्नोपस्थानमन्त्राः ।

विनियोगः—ओमुदुत्यमिति त्रयोदशर्चस्य—का-

पथः प्रस्कण्व ऋपिः । सूर्योदेवता । नवाद्या गायत्र्यो-
न्त्या अनुष्टुप्छन्दः ॥ ॐ चित्रं देवानामिति षड्
ऋचस्य—आङ्गिरसः कुत्स ऋपिः । सूर्योदेवता । त्रि-
ष्टुप्छन्दः ॥ ॐ तच्चक्षुरित्यस्य—प्रगाथ ऋपिः ।
सूर्योदेवता । उष्णिक् छन्दः । सर्वेषां सूर्योपस्थाने
विनियोगः । .

ओमुदुत्यं जातवेदसं (देखो पृष्ठ ११४) १ .

ओमपुत्ये तावो यथा नक्षत्रा यन्त्यक्तुभिः । स-
राय विश्वचक्षसे ॥ २ ॥ ओमर्द्धश्रमस्य केतवो वि-
रश्मयो जनां अनु । भ्राजन्तो अग्रयो यथा ॥ ३ ॥
ॐ तरणिर्विश्वदर्शतो ज्योतिष्कृदसि सूर्य । विश्व-
माभासि रोचनम् ॥ ४ ॥ ॐ प्रत्यङ्मुदेवानां विशः
प्रत्यङ्मुदेवि मानुषान् । प्रत्यङ्म्विश्वं स्वर्दृशे ॥ ५ ॥

ऋ० सं० अ० १० अ० ४ व० ७ ।

ॐ येना पावक चक्षता भुरगयन्तु जनां अनु । त्वं
वह्नु पश्यसि ॥ ६ ॥ ॐ विद्योमेधि रजस्पृथ्व-
हा मिमानो अक्तुभिः । पश्यञ्जन्मानि सूर्य ॥ ७ ॥
ॐ सप्त त्वा हरितो रथे वहन्ति देव सूर्य । शो-

चिक्लेशं विचक्ष्ण ॥ ८ ॥ ओमयुक्तं सप्त शु-
न्युवः सूर्यो रथस्य नृप्यः । ताभिर्याति स्वयु-
क्तिभिः ॥ ९ ॥ ओमुद्रयं तमसस्परि ज्योतिष्य-
श्यन्तु उत्तरम् । देवं देवत्रा सूर्यमगन्तु ज्योति-
रुत्तमम् ॥ १० ॥ ओमुद्यन्तय मित्रमह आरोह-
न्तुत्तरां दिवंम् । हृद्रोगं मम सूर्य हरिमाणं च
नाशय ॥ ११ ॥ ॐ शुक्लेषु मे हरिमाणं रोपणा
कांसु दध्मसि । अथां हारिद्रवेषु मे हरिमाणं नि-
दध्मसि ॥ १२ ॥ ओमुदगादयमादित्यो विभ्वन्
सहसा सह । द्विपन्तं महां रुन्धयन्मो अहं द्विपते
रधम् ॥ १३ ॥ (ऋ० सं० अ० १ अ० ४ व० ८)

ॐ चित्रं देवानामुद्र० (दिक्खो पृष्ठ ११४) १
ॐ सूर्यो देवीमुपसं राचमानां मर्यो न योषाम-
भ्येति पश्चात् । यत्रा नरो देवयन्तो युगानि वि-
तन्वते प्रति भद्राय भद्रम् ॥ २ ॥ ॐ भद्रा अश्वा
हरितः सूर्यस्य चित्रा एतावा अनुपाद्यासः । नम-
स्यन्तो दिव आ पृष्ठमस्तुः परिधावापृथिवी यन्ति

सुद्यः ॥ ३ ॥ ॐ तत्सूर्यस्य देवत्वं तन्महित्वं
 मध्या कर्तोर्वित्तं संजभार । यदेदयुक्त हरितः
 सुधस्थादाद्रात्री वासस्तनुते सिमसं ॥ ४ ॥ ॐ
 तन्मित्रस्य वरुणस्याभिचक्षे सूर्यो रूपं कृणुते ओ-
 रूपस्थे । अनन्तमन्यद्रुशंसस्य पाजः कृष्णमन्यद्वरि-
 तः संभरन्ति ॥ ५ ॥ ओमद्या देवा उदिता
 सूर्यस्य निरंहसः पिपृता निरवद्यात् । तन्नो मित्रो
 वरुणो मामहन्तामदितिः सिन्धुः पृथिवी उत द्यौः । ६ ।
 ऋ० सं० अ० १ अ० ८ व० ७
 ॐ तच्चक्षुर्देवहितं (देखो पृष्ठ ११५) ।

ऋग्वेद सायमुपस्थानमन्त्राः ।

ऋग्वेदवाले नीचे लिखे मन्त्रों से सायंकाल सूर्य
 पस्थान करें ।

ॐ जातवेदस० । ॐ तच्छ्रयो० । ॐ नमो-
 ब्रह्मणो० (पृष्ठ १८४, १८५) ओमिमं मे वरुण
 (पृष्ठ १६६) ॐ तत्त्वा यामि (पृष्ठ १६७) ।

विनियोगः—यच्चिद्धितेति दशर्चस्य—आजीग-
 र्तिः । शुनःशेकऋपिः । वरुणोदेवता । गायत्रीछन्दः ।
 सूर्योपस्थाने विनि० ।

ॐ यच्चिद्धि ते (देसो पृष्ठ १६७) ॥ १ ॥
 ॐ मा नो वुधाय हुत्नेव जिहीलानस्य रीरधः ।
 मा हृणानस्य मुन्यव ॥ २ ॥ ॐ वि मृलीकाय नै
 मनो रुथीरश्वं न संदितम् । गुर्भिर्वरुण सीमहि ॥ ३ ॥
 ॐ पुरा हिमे विमन्यवः पतन्ति वस्यंष्टये । वयो
 ने वसुतीरुप ॥ ४ ॥ ॐ कदा क्षत्रश्रियं नुरमा वरुणं
 करामहे । मृलीकायोरुचक्षसम् ॥ ५ ॥

ऋ० सं० अ० १ अ० २ व० १६ ।

ॐ तदित्सुमानमाशाते वेनन्ता न प्रयुञ्छतः ।
 धृतव्रताय दाशुषे ॥ ६ ॥ ॐ वेदा यो वीनां पुद-
 मुन्तरिक्षेण पतताम् । वेदं नावः समुद्रिदः ॥ ७ ॥
 ॐ वेदं मासो धृतव्रतो द्वादश प्रजावतः । वेदा
 य उपजायते ॥ ८ ॥ ॐ वेदु वार्तस्य वर्तनिमुरो-
 र्ध्वस्य बृहतः । वेदा ये अध्यासते ॥ ९ ॥ ॐ निष-
 साद धृतव्रतो वरुणः पुस्त्याशुस्वा । साम्राज्याय
 सुक्रतुः ॥ १० ॥ ऋ० सं० अ० १ अ० २ व० १७ ।

चिनियोगः—ॐ मोधुवरुणेति पञ्चर्वस्य—वशिष्ट

अक्षिः । वरुणोदेवता । गायत्रीछन्दः । सूर्यापस्थाने चि० ।

ॐ मोषु वरुण मृन्मयं गृहं राजन्गृहं गमम्
मृडा सुक्ष्म मृदय ॥ १ ॥ ॐ यदेमि परस्फुरन्निव
दतिर्निध्मातोऽद्विवः । मृडा सुक्ष्म मृदय ॥ २ ॥ ॐ
क्रत्वः समह दीनता प्रतीपं जगम शुचे मृडा सुक्ष्म
मृदय ॥ ३ ॥ ओमपां मध्ये तस्थिवासं तृष्णावि-
दज्जरितारम् । मृडा सुक्ष्म मृदय ॥ ४ ॥

ऋ० सं० अ० ५ अ० ६ व० ११ ।

ॐ यत्किंचेदं वरुण (देखो पृष्ठ १६७) ॥ ५ ॥

अंक २७. गायत्रीषण्डङ्गन्यासः—सव
विधि माध्यन्दिन शाखावत् केवल तीसरे न्यास में जो
थोड़ा भेद है वह नीचे जनादिया जाता है ।

ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं नमः । वरेण्यं शिरसे
स्वाहा । भर्गोदेवस्य शिखायै वषट् । धीमहि
कवचाय हुम् । धियोयोनः नेत्रत्रयाय चौषट् ।
प्रचोदयात् अस्त्राय फट् ।

अंक ३०. गायत्रीध्यानम्—प्रातः

काल का ध्यान---वालां बालादित्यमण्डल
मध्यस्थां रक्तवर्णां रक्ताम्बरानुलेपनस्रगाभरणां
चतुर्वक्त्रामष्टनेत्रां दण्डकमण्डलवक्षसून् भिशङ्कचतु-
र्भुजां हंसासनारूढां ब्रह्मदेवत्यागृग्वेदमुदाहरन्तीं
भूर्लोकाधिष्ठार्त्रीं गायत्रीं नामदेवतां ध्यायामि ।

आगच्छ वरदे देवि जपे मे सन्निधौ भव ।

गायन्तं त्रायसे यस्माद्गायत्री त्वं ततः स्मृता ॥

मध्याह्नकाल का ध्यान ।

ॐ युवतिं युवापित्यमण्डलमध्यस्थां श्वेत-
वर्णां श्वेताम्बरानुलेपनस्रगाभरणां पञ्चवक्त्रां प्रति-
वक्त्रं त्रिनेत्रां चन्द्रशेखरां त्रिशूलखड्गखट्वाङ्गदमर-
काङ्कचतुर्भुजां वृषभासनारूढां रुद्रदेवत्यां यजुर्वेद-
मुदाहरन्तीं भुवलोकाधिष्ठार्त्रीं सावित्रीं नाम देवतां
ध्यायामि ॥

आगच्छ वरदे देवि जपे मे सन्निधौ भव ।

सवितारं द्योतयसे सावित्री त्वं ततः स्मृता ॥

सायंकाल का ध्यान ।

वृद्धां वृद्धादित्यमण्डलमध्यस्थां श्यामवर्णां

श्यामाम्बरानुलेपनस्त्रगाभरणामेकवक्त्रां द्विनेत्रां षड्भु-
चक्रगदापद्माङ्कचतुर्भुजां गरुडासगरूढां विष्णु-
दैवत्यां सामवेदमुदाहरन्तीं स्वर्लोकाधिष्ठात्रीं
सरस्वतीं नाम देवतां ध्यायामि ॥

आगच्छ वरदे देवि जपे मे सन्निधौ भव ।

ब्रह्मणः प्रसवित्री वाग्रपत्वाच्चं सरस्वती ॥

अंक ४०. सूर्यादिदिग्देवतानां नम-
स्काराः (वैसेही जैसे तैत्तिरीयशाखा में) ।

अंक ४२, सन्ध्याविसर्जनम् ।

उत्तमे शिखरे जाते भूम्यां पर्वत मूर्धनि ।

ब्राह्मणेभ्यो ऽभ्यनुज्ञाता गच्छ देवि यथासुखम् ॥

ऋग्वेदवालों को विसर्जन के साथ, भद्रसंपा-
दन एक क्रिया निम्न लिखित मन्त्र के साथ अधिक
करनी होगी ।

विनियोगः—ॐ भद्रं न इत्यस्य—विमद ऋषिः ।
परमात्मा देवता । धिरादुच्छन्दः । भद्रसंपादने चि० ।

ॐ भद्रं नोऽपि वातयमुनः ।

ॐ ज्ञानिः गान्तिः ज्ञानिः ।

ऋ० सं० अ० ७ अ० ७ न० २ तं० १ ।

आगन्धर्वलोकान्वातान्ता दालोकालोकवर्षनाद ।

देवन्ति ब्राह्मणा देवास्तेभ्यो नित्यं नमो नमः ॥

अंक ५० ऋग्वेद सन्ध्याभूषणस्तिकावन्दनम्

विनियोगः—ॐ स्योना पृथिवीन्पन्थ—कारणो-
मेशानिधिर्वापिः । भूमि देवता । गायत्रीछन्दः ।
भूमिस्तुमे विनि० ।

ॐ स्योना पृथिवीमवावृक्षुगानिर्देशनी यन्तानुः
सर्ममर्मथः ॥

ऋ० सं० अ० १ अ० २ अ० ६ ।

प्रातः मध्याह्न औ सायं तीनों काल में उक्त
प्रकारही सब क्रियायें करनी होंगी । इन तीनों काल में
जहां २ थांडे भेद हैं अगले २ स्थान पर स्पष्ट लिख-
दिये गये हैं ।

क्षेत्र सब अंक शु० य० मा० सन्ध्या के समानही हैं ।

इति ऋग्वेदीयसन्ध्याप्रयोगः

सामवेदीयसन्ध्या विधिः ।

सब क्रियायें शु० य० म० सन्ध्या के अनुसांगही करनी होंगी, केवल अंक ७, आचमन । अंक २१, सूर्योपस्थान । अंक २८, गायत्र्यावाहन । मैं जो थोड़ी भिन्नता है इस स्थान में दिखलाई जाती है ।

अंक ७. आचमनम्—सामवेदवाले नीचे लिखे मन्त्रों से आचमन करें ।

विनियोगः—ओमन्तश्चरसि, शन्नआपो—इति०
द्वयोस्तिरश्चीन ब्रह्मपिः । अनुष्टुप्छन्दः । आपो देवता ।
आचमने विनि० ।

ओमन्तश्चरसि भूतेषु गुहायां विश्वतोमुखः ।
त्वं यज्ञस्त्वं वषट्कार आपोज्योतीरसोऽधृतम् ॥ १ ॥
ॐ शन्न आपो धन्वन्वाः शमनः सन्तुतूष्याः ।
शन्नः समुद्रिया आपः शमनः सन्तु कूष्याः ॥ २ ॥

अंक २१. सूर्योपस्थानम्—केवल दोहों

मन्त्र उदुत्पंजातवेदसं० । चित्रदेवानां । से कग्ना
होगा ।

अंक २८. गायत्र्यावाहनम्—निम्न लि-
खित मन्त्र से गायत्र्यावाहन करना होगा ।

विनियोगः—ॐ आयाहीत्यस्य विध्वानिघ्न ऋषिः ।
गायत्री छन्दः । सविता देवता । गायत्र्यावाहने चि० ।

ॐ आयाहि वरदे देवि त्र्यक्षरे ब्रह्मवादिनि ।
गायत्रिच्छन्दसां मातर्ब्रह्मयोने नमोस्तुते ॥

तोनों काल की मन्ध्या के लिये यही मन्त्र है
केवल 'ब्रह्मवादिनि' के स्थान में मध्याह्नकाल 'रुद्रवा-
दिनि' और सायंकाल 'विष्णुवादिनि' कहना होगा और
'गायत्रिच्छन्दसां' के स्थान में मध्याह्नकाल 'सावित्रि-
छन्दसां' और सायंकाल 'सरस्वतिछन्दसां' कहना होगा ।

सामवेद वालों को कर्णस्पर्श अर्थात् आत्मरक्षा

* सामवेद चारों वेदों में श्रेष्ठ है, वेदानां सामवेदोऽहं
गीता का वचन है, इलियं इयं वेद के एकही दो मन्त्र महान्
पातकों से उद्धार करनेवाले हैं । ये दोनों मन्त्र ऐसे श्रेष्ठ हैं कि
सब वेद और शास्त्रागणों की तुल्य में आते हैं ।

औ रूद्रोपस्थान ये दो क्रियार्ये गायत्र्युपस्थान के साथ साथ अधिक करनी पड़ेंगी ।

कर्णस्पर्शात्मरक्षामन्त्रः ।

चिनियोगः—ॐ जातवेदस इत्यस्य-काश्यपब्रह्मविः ।
जातवेदाग्निर्देवता । त्रिष्टुप्छन्दः । आत्मरक्षायां वि० ।

ॐ जातवेदसे सुनवाय (देखो पृष्ठ १८४)

रूद्रोपस्थानमन्त्रः ।

चिनियोगः—ओमृतंसत्यमित्यस्य—कालाग्निश्च
ऋषिः । रूद्रोदेवता । अनुष्टुप्छन्दः । रूद्रोपस्थाने वि० ।

ओमृतंसत्यं परंब्रह्मपुरुषं कृष्णापिङ्गल मूर्ध्वलिङ्गं
विश्वरूपं नमोनमः ।

शेष सब क्रियार्ये तीनों काल में माध्यन्दिनशास्त्रा
के समान हैं ।

इति सामवेदीयसन्ध्याप्रयोगः ।

—next—

अथर्ववेदीयसन्ध्या
विधिः ।

अथर्ववेद वालों को सब क्रियायें शु० य० मा०
मन्त्र्या के अनुसारही करनी पड़ेंगी केवल, अंक ७.
आचमन । अंक ८. प्राणायाम । अंक १३. मार्जन ।
अंक २०. अर्घ्यप्रदान । अंक २१. सूर्योपस्थान ।
मन्त्रों की जो कुछ भिन्नता है इस स्थान में स्पष्ट कर
दी जाती है ।

अंक ७ आचमनम्—ओममृतमस्य-
मृतोपस्तरणमस्य मृताय त्वोपस्तरामि ॥ इति
मन्त्र में आचमन निमित्त हाथ में जल ले नीचे लिये
तीनों मन्त्रों से तीन आचमन कर चौथे मन्त्र से इन्द्रिय-
यस्पर्श अर्थात् मुख, नासिका, चक्षु, कान, नाभो,
हृदय इत्यादि स्पर्श करे ।

विनियोगः— ॐ जीवास्थ इति चतसृणां—ब्रह्मा
ऋषिः । माघो देवता । अनुष्टुप् छन्दः ।
छन्दोमयं ब्रह्म विनि० ।

ॐ जीवास्थजीज्यासं सर्वप्रायुर्जीज्यासम् ॥१॥

ओमुपजीवास्थोपजीज्यासं सर्वप्रायु० ॥२॥

ॐ संजीवास्थसंजीज्यासं सर्वप्रायु० ॥३॥

इन तीनों से आचमन कर, निचले मन्त्र से इन्द्रिय-
स्पर्श करे ।

ॐ जीवलास्थजीज्यासं सर्वप्रायुर्जीज्यासम् ॥

अंक ८. प्राणायामः---

विनियोगः—वैसंही जैसे यजुः माध्यन्दिन में ।

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ जनत्
ॐ वृद्धत् ॐ करत् ॐ रुहत् ॐ महत्
ॐ तत् ॐ शं ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो
देवस्य धियो नः प्रचोदयात्
ओमापो ज्योतीरसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः
स्वरोम् ॥

अंक १३. मार्जनम्----निम्नलिखित मन्त्रों
से मार्जन करे ।

विनियोगः—ओमापोहिष्ठेति शनोदेवी सूक्त-
यम्यं-मिन्धुद्रीप ऋषिः । सोमापो देवते । सप्तगाय-
त्र्यः छन्दासे अन्त्याऽथर्वाहृतिः । मार्जनं त्रिभिः ।

ओमापोहिष्ठा (देखो पृष्ठ १००) ओमाशा-
नावार्याणां से वर्चसा तक (देखो पृष्ठ १८२)
ॐ शन्न आपो धन्वन्याः (देखो सामवेदीय पृष्ठ १६४)
ॐ शं नः स्वनित्रिमा आशमुगकुंभ आमृता ।
शिवानः सन्तु वार्षिकी ॥ इन मन्त्रों से मार्जन करे

अंक २०. अर्घ्यदानम् ।

प्रातरर्घ्यदानमन्त्रः ।

विनियोगः—ॐ हरिःसुपर्णेति मन्त्रस्य—ब्रह्मा
ऋषेः । जातवेदः सूर्योदेवता । जगतीछन्दः । अर्घ्य-
प्रदानं विनियोगः ।

ॐ हरिः सुपर्णो दिवमारुहोर्चिषा ये त्वा
दिन्सन्ति दिग्मुत्पतन्तम् । अयतां जहिहरसा जात-
वेदो विभ्यदुग्रोर्चिषा दिवनरोह सूर्य । धामित्राय
-इदमर्घ्यं न मम ॥

मध्याह्नाध्ययदानमन्त्रः ।

ओमुदुत्यं जातवेदसम् औ चित्रं देवानाम्
(देखो पृष्ठ ११४), इन दोनों से मध्याह्नाध्यय देवे ।

सायमध्ययदानमन्त्रः ।

विनियोगः—ओमयोजालेति मन्त्रस्य—ब्रह्मा ऋषिः ।
जातवेदः सूर्योदेवता । जगतीछन्दः मध्यदाने विनि० ।

ओमयोजाला असुरा पायिनोयस्मर्यैः ।
पाशैरङ्किनो ये चरन्ति । तांस्ते रन्धयामिहरसा
जातवेदः सहस्रशृष्टिः सपत्नान्प्रमृणान्पाहि वज्रः ॥
श्रीविरुणायेदमध्यं न मम ॥

अंक २१. सूर्योपस्थानम् ।

प्रातरुपस्थानमन्त्रः ।

विनियोगः—ओमभयं न इति मन्त्रस्य—ब्रह्मा ऋषिः ।
सूर्योदेवता । जगतीछन्दः । प्रातरुपस्थाने वि० ।

ओमभयं नः करोत्यन्तरिक्षमभयं द्यावापृ-
थिवी उभ इमे । अभयं पश्चादभयं पुरस्तादुत्त-

रादधरादभयं नोऽस्तु ॥ १ ॥ अभयं मित्रादभयं
मित्रादभयं शातादभयं पुरो यः । अभयं नक्तम-
भयं दिवा नः स वा आशामगुणिमचं भवतु ॥ २ ॥

मध्याह्नीपरथानमन्त्रः ।

ॐ उदयन्तगसः (देखो पृष्ठ ११४ ।)

इसी मन्त्र से मध्याह्न उपस्थान करना ।

सायसुपरथानमन्त्रः ।

चिनियोनः—ओमुद्धेतिमन्त्रस्य—विश्वामित्र ऋ-
षिः । सूर्योदयता । गायत्रीछन्दः । सूर्योपस्थाने वि० ।

ओमुद्धेदभिधूतामयं वृषभं नशापमं । अस्ता-
रमेपि नृषां ॥ १ ॥ नव यो नवति पुरो विभेद
ब्राह्मजसा । अहिं श वृत्रहा वर्धात् ॥ २ ॥ स न
न्दः शिवः । सखा श्वावत् गोमघवत्पुरुषारै
वदाहते ॥ ३ ॥

अथर्ववेदवालों को एक क्रिया अर्थात् कर्मार्म्भ
नीचे लिखे मन्त्र से अधिक करना होगा ।

चिनियोगः—ओमव्यमश्चेति मन्त्रस्य,—ब्रह्मा ऋषिः ।

लिङ्गोक्त देवता । अनुष्टुप्छन्दः । सर्वकर्मरम्भे वि० ।

ओमव्यसश्च व्यचसश्च विलं विष्णामि मा यया ।
वाभ्यामुद्धृत्य वेदमथकर्माणि कृशमहे ॥

शेष सब क्रियायें तीनों कालकी माध्यन्दिन
सन्ध्या के समान जानना ।

इति अथर्ववेदोयंसन्ध्याप्रयोगः ।



संक्षिप्तसन्ध्याविधिः



विदित हो कि बृहत्सन्ध्याविधि की सब क्रिया-
ओं को निधिपूर्वक करने का अवकाश जिन पुरुषों को
न मिले वे केवल संक्षिप्तसन्ध्या अर्थात् सन्ध्या के
संगठ हो अङ्गों को नीचे लिखी रीति से करलिया करें ।
इनके दिवारात्रि के पापों की निवृत्ति होती रहेगी ।

१. शिखाबन्धनम्—केवल गायत्री मन्त्र से ।
२. संकल्यः—ॐ तत्सत्सन्ध्योपासनं० से (पृष्ठ १७)
३. आचमनम्— प्रातःकाल । ॐ सूर्यश्चमामन्यः०
से । (देखोपृष्ठ १०२)

मध्याह्नकाल । ओमापः पुनन्तु० से । (देखो पृष्ठ १५५)

सायंकाल । ओमग्निश्चमामन्युश्च० से । (देखो पृष्ठ १५७)

४. मार्जनम्—ओमापोहिष्ठा० से । (देखो पृष्ठ १००)

५. अवमर्षणम्—ओमृतश्चसत्यश्च० से (देखो पृष्ठ १०८)

६. अर्घ्यप्रदानम्—केवल गायत्री से ।

७. सूर्योपस्थानम्—ओमुदयम् । ओमुदत्यम् । ऊँ चित्रं देवानाम् । ऊँ तच्छुः इति चारों मन्त्र से (देखो पृष्ठ ११४, ११५) ।

८. सूर्यपदक्षिणा—ऊँ सूर्यस्यावृत्तं० । (दे.पृ. १६१)

९. चतुर्विंशति मुद्रा—सुमुखं । संपुटं । इत्यादि से । (देखो पृष्ठ ११८)

१०. प्राणायामः—(देखो पृष्ठ ८४)

११. गायत्रीजपः—देखो लालपत्र (स)

१२. अष्टमुद्राप्रदर्शनम्—सुरभिर्ज्ञान० । (देखो पृष्ठ १४१ से १४३ तक)

१३. गायत्री विसर्जनम्—उत्तरेक्षित्वरे० (देखो पृष्ठ १४७)

किसी वेद और किसी शाखा का पुरुष हो उक्त प्रकारही केवल तेरह ही अङ्ग से तीनों काल की सन्ध्या करालया करे ।

इस बृहत्सन्ध्या में । अंक ३ भूत-
शुद्धिः । अंक २७ पङ्कज्याम । अंक ३३ गाय-
त्रीशास्त्रमोचन । अंक ३४ गायत्र्याहोपाहरण ।
अंक ४१ प्रार्थना । अंक ४३ प्रवेशोच्चारण ।
अंक ४४ अभिवादन । अंक ४६ गायत्रीतर्पण । वै-
कर्म यद्यपि पौराणिक औतान्तिक हैं तथापि वैदिक
सन्ध्या घाले भी यदि करलिया करें तो भति उत्तम है
क्योंकि अधिकस्यधिकं फलम् नहीं तो मंजित
सन्ध्या तो उनके सामने रखीही हुई है ।

इति वैदिकबृहत्सन्ध्या
समाप्ता ।



